

インストラクター・トレーナーのキャリアマガジン

NEXT

3

JUL-AUG 2006 [ネクスト]

WEBサイト運動フリーぺーパー

[求人情報・オーディション・養成・セミナー情報]

Fitness Business

www.fitnessjob.jp

特集

マスタートレーナー
への道

たくさん的人生を輝かせる、一生の仕事にしよう。



UNIVERSITY

フィットネス・インストラクターの
スキル修得・向上をサポートする教育事業

FITVIT

AGENCY

フィットネス・インストラクターの
収入アップを目的としたエージェント&
プロモーションサポート事業

WORK
SUPPORT

フィットネス・インストラクターの
仕事を多方面からバックアップする事業

フィットビットは「生の仕事としてのフィットネス・インストラクター」を多角的に支援します。

2006年、ティップネスはこれまで展開してきた
フィットネス・インストラクター養成事業を本格
的に拡大。「人材育成・就職支援・ワークサポート」
の3つを柱とし、トータルにインストラクター・ビ
ジネスをサポートする「フィットビット」をスター
ト・アップしました。どうぞ、ご期待ください。



株式会社 ティップネス 商品グループ FITVIT DESK 担当:小杉・十文字／03-5298-0206

〒101-0044 東京都千代田区鍛冶町2-9-12 神田徳力ビル7F

<http://www.tipness.co.jp>

フィットビットは「一生の仕事としての フィットネス・インストラクター」を多角的に支援します。



UNIVERSITY FITVIT

募集

各スクーリング受講ご希望の方は、下記のFITVIT DESKまでお問い合わせください。資料を送付いたします。

●基本からしっかり学びたい方へ [2006年Basicコース・スクーリング・スケジュール]

<関東エリア> 場所:首都圏ティップネス店舗、他

カテゴリー	実施期間	実施曜日/時間	取得資格
STEP	11/4(土)~2/17(土) ※毎週1回 計13回	土曜日／15:00~18:00 ※時間は変更になる場合がございます	
ピラティス	9/9(土)・10(日)・10/21(土)・22(日)・11/26(日) 計5回	日曜日／10:00~19:00 土曜日／10:00~19:00	(ピークピラティス) マットインターミディエイト 主催:Pilates Alliance

<関西エリア> 場所:関西ティップネス店舗、他

カテゴリー	実施期間	実施曜日/時間	取得資格
STEP	11/5(日)~2/18(日) ※毎週1回 計13回	日曜日／11:00~14:00 ※時間は変更になる場合がございます	

●お悩み解決! 明日からのレッスンにすぐに活かしたい方へ [2006年ONE DAYコース・スクーリング・スケジュール]

<関東エリア> 場所:首都圏ティップネス店舗、他

カテゴリー	担当講師	日程	時間	取得資格
アクアダンスワークショップ① ～ウォームアップとクールダウン～	寺本 強 ティップネス アクアファンテクニカルトレーナー JAFAAQUA AQT	8月20日(日)	13:00~16:00	JAFA教育認定ポイント付与 1.5ポイント
アクアダンスワークショップ② ～コリオグラフィーとブレイクダウン～	寺本 強 ティップネス アクアファンテクニカルトレーナー JAFAAQUA AQT	8月23日(水)	18:30~21:30	JAFA教育認定ポイント付与 1.5ポイント
アクアダンスワークショップ③ ～水中レジスタンストレーニングの指導法～	寺本 強 ティップネス アクアファンテクニカルトレーナー JAFAAQUA AQT	9月 3日(日)	14:30~17:00	JAFA教育認定ポイント付与 1.0ポイント

<関西エリア> 場所:関西ティップネス店舗、他

カテゴリー	担当講師	日程	時間	取得資格
アクアダンスワークショップ① ～ウォームアップとクールダウン～	西村 由美 ティップネス アクアファンテクニカルトレーナー SPEEDOアクア AGW認定インストラクター	8月27日(日)	18:30~21:30	JAFA教育認定ポイント付与 1.5ポイント
アクアダンスワークショップ② ～コリオグラフィーとブレイクダウン～	西村 由美 ティップネス アクアファンテクニカルトレーナー SPEEDOアクア AGW認定インストラクター	9月 3日(日)	18:30~21:30	JAFA教育認定ポイント付与 1.5ポイント
アクアダンスワークショップ③ ～水中レジスタンストレーニングの指導法～	西村 由美 ティップネス アクアファンテクニカルトレーナー SPEEDOアクア AGW認定インストラクター	9月14日(木)	18:30~21:00	JAFA教育認定ポイント付与 1.0ポイント

●エアロビクスインストラクター・アクアファンインストラクター／オーディション日程

<関西エリア> 関西エリアのティップネス店舗で勤務いただける方

カテゴリー	日程	時間	場所
エアロビクス	8月13日(日)	19:30~(受付19:15~)	ティップネス京橋店
アクアファン	8月13日(日)	20:00~(受付19:45~)	ティップネス京橋店

FITVIT AGENCY

募集

ティップネスにおいてインストラクター勤務を希望される方を募集します。下記のFITVIT DESKまでお問い合わせください。



株式会社 ティップネス 商品グループ FITVIT DESK 担当:小杉・十文字／03-5298-0206

〒101-0044 東京都千代田区鍛冶町2-9-12 神田徳力ビル7F

<http://www.tipness.co.jp>

WAVE DIVERSE LG

新たな伝説 *Legend* を生む

Lightness

持ってわかる「軽量性」

従来モデルより約80gの軽量化。

素足感覚の履き心地を実現。

Ventilation

感じてわかる「通気性」

大きく空けたソールの「エアウインド」と
アッパーサイドの「エアメッシュ」が今まで
にない快適性を実現。

Biolock

ap Mid Sole

Cushion & Stability

履いてわかる「クッション性」

軽量高反発素材「APミッドソール」使用。なおかつミズノ
ウエーブ搭載でクッション性と安定性を高い次元で両立。

Flexuous

動いてわかる「屈曲性」

動作解析テストから導き出した新型ソール。
従来のモデルより約38%の屈曲性を実現。



60001 ホワイト



60009 ブラック

WAVE DIVERSE LG

SKE-600 ¥14,490 (本体¥13,800)



NATIVE WAVE

BIOLOCK



AP

MIZUNO INTERSOLE



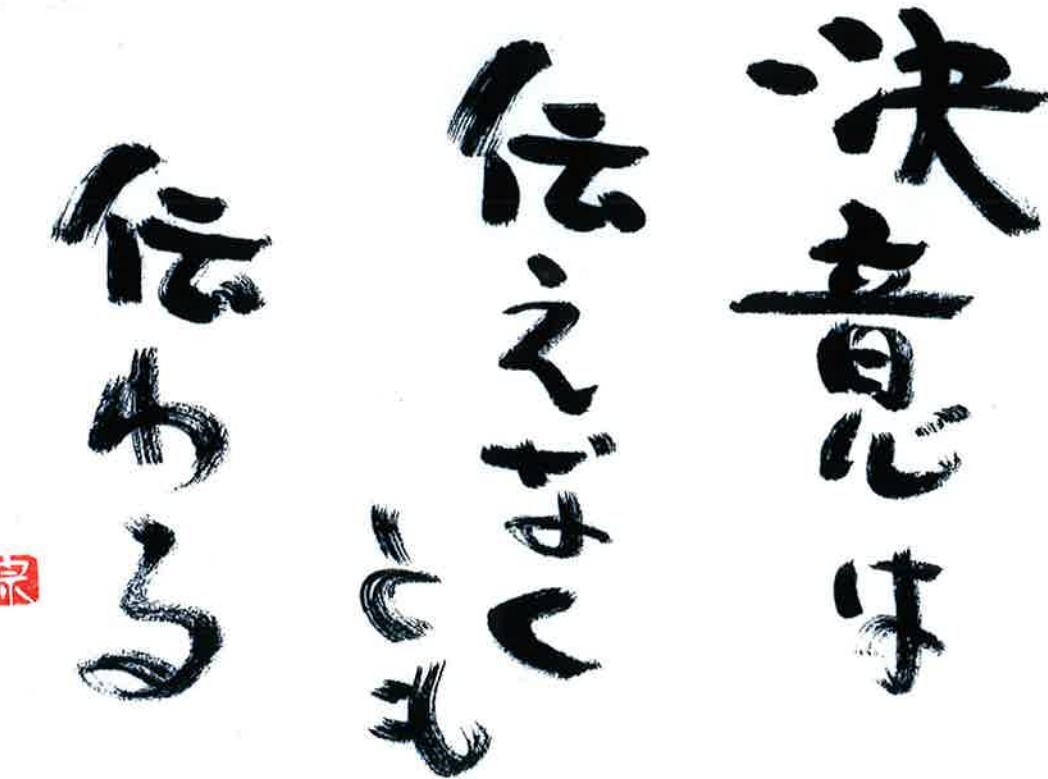
SIZE:22.5~28.0 • 記載価格は、消費税込みのメーカー希望小売価格です。()内は消費税抜き本体価格です。

• www.mizuno.co.jp • ☎ 0120-320-799



書／ベンチャーライフ道家
ことば／株式会社アントレプレナーセンター代表取締役
福島正伸
メールマガジン企業家精神・人生を変えた言葉で「夢しか実現しないブログ」好評配信中！

決意をした人は決意を伝えようとはしない。
伝える必要がないから。
決意をしていない人は決意を伝えようとする。
決意していないから。



CONTENTS FITNESS BUSINESS NEXT No.3

フィットネスビジネスNEXTとは？

『フィットネスビジネスNEXT』は、インストラクター・トレーナーのキャリアアップ支援誌(隔月刊行／フリーペーパー)です。現場最前线で活躍するインストラクター・トレーナーが「どうしたらもっと仕事を拡充し、収入を高め、人生をよりよく生きることができるか」をテーマにビジネス、マーケティング、マネジメントといった切り口から役立つ情報を豊富に提供します。フィットネス業界No.1の求人・オーディション情報専用Webサイト「FOLキャリアアップ」www.fitnessjob.jpと連動しています。

特集

08 夢を惹き寄せる！

マスタートレーナーへの道

インタビュー

18 次代をつくるインストラクター・トレーナー

砂川佳一さん

業界情報

07 コンドリーザ・ライス国務長官も毎朝エクササイズ
ストリップショーがフィットネスプログラムに

連載

BUSINESS SKILL

- 20 クラブとインストラクターのいい関係
- 20 企画しよう！提案しよう！
- 21 NEXT的ビジネスマナー講座
- 21 知っ得！講座

COMMUNICATION SKILL

- 24 パーソナルトレーナーへの道
- 24 ワークショップ講師のネタ帳拝見
- 25 モチベーションコーチング力(MC力)検定

BOOK

27 望月美佐緒のやる気と元気が出るライブラリー

ESSAY

27 酒井・リズ・智子のコンディショニングエッセイ

求人情報

- 29 JOB INDEX
- 29~43 FOLキャリアアップ情報

SUPPORTERS

ADVERTISER

- 02 株式会社ティップネス
- 04 ミズノ株式会社
- 06 アクアエクササイズ国内総会
- 17 株式会社ハースコーポレーション
- 22,23 Body Arts and Science International Japan
- 25 社団法人日本エアロピックフィットネス協会
- 25 スマイルセンター
- 26 サードプレイス株式会社
- 28 株式会社プレシジョン ジャパン
- 30 日本ホリスティックコンディショニング協会
プロジェクト オン
フィクスド・コンディション
ティー・コンディションFNC研究所
- 43 株式会社ワークアウトワールド・ジャパン
- 44 大塚製薬株式会社

COMMITTEE

NEXTキャリアアップ委員会

本誌はNEXTキャリアアップ委員会のみなさんの協力により編集されています。

STAFF

Editor in Chief 古屋武範
Senior Editor 岩井智子
Editorial Staff 高橋慶子、平井絵梨
Art Director オノウエケイコ(goofy design)

2006年7月25日発行
発行 株式会社クラブビジネスジャパン
Club Business Japan, Inc.
〒150-0045 東京都渋谷区神泉町1-18 ボヌール松涛2F
印刷 大日本印刷
◎本誌記事の無断転載を固く禁じます

●本誌掲載に関するお問い合わせや配本に関する
お問い合わせはNEXT編集部まで
Tel.03-5459-2841 Fax.03-3770-8744
info@fitnessclub.jp www.fitnessclub.jp

最新の求人・養成・
ワークショップ情報を
PCまたはケータイでGET！
www.fitnessjob.jp



It will expand the aqua of water into the land

2006-'07

National Aquatic Exercise Conference

IN JAPAN



“水のアクアエクササイズを陸へ広げよう”

2006~07年度(第7回)

アクアエクササイズ国内総会

2006(平成18)年8月17日(木)~19日(土)/3日間

【会場】厚木YMCA 神奈川県厚木市中町4-16-19



Angie Proctor



Cho,Kyoung-Min



Julie See



Lim,Mi-O



Silvia Senati



岡本正一



吉田賢一



元井千佳代



原 恵



寺本 強



若林淑子



小林 亨



西森 央



青木美樹



太田哲也



大塩琢也



竹尾吉枝



長嶺敦司



塚崎直美



坪井啓子



坪子佳代



田沼栄一



尾陰由美子



富士隆枝



望月美佐絹



末吉裕美



矢野真弓



浜田美抄子

(順不同・敬称略)

アクアエクササイズ国内総会実行委員会

〒223-0053 横浜市港北区綱島西2-13-7-301

アクアダイナミックス研究所内

TEL.045-544-9084(専用) FAX.045-544-9390

URL <http://www.aqua-adi.co.jp/national>

Eメール national@aqua-adi.co.jp

NEWS from U.S.

米国からの最新ニュース

コンドリーザ・ライス国務長官も毎朝エクササイズ

米国で初めて黒人女性として国務長官になったライス氏が、先ごろNBC系列支局の番組で、自身のエクササイズについて語った。「出張に出ている時でも必ず朝エクササイズの時間を作ります。」同氏は少なくとも40分間のカーディオエクササイズを行い、週3回はパーソナルトレーナーについて筋力トレーニングを行っているという。肥満が社会問題になっている米国。世界中で最も忙しい女性が毎日欠かさず運動できるのだから、忙しいから運動できないという言い訳はできないというメッセージともなった。(Jun.2006 Club Business International)



ストリップショーがフィットネスプログラムに



夜のエンターテインメントとされてきたストリップショーのダンスやポールダンスが今、米国のフィットネスクラブで広がっている。カナダ出身の姉妹が同プログラムを商品化、北米のクラブから問い合わせが殺到している。姉妹はニューヨークをはじめ6都市にスタジオを持ち、トロント店のスタジオには11のポールが立ち、ショーダンスやポールダンス、エキゾチックダンスなどにヨガやストレングストレーニングの要素を組み合わせたプログラムを提供している。(May2006 Club Business International)

KEY WORDS & NUMBERS

ニュースなことば、ニュースな数字

WORDS 医療制度改革法

2006年6月国会で成立した法制度。生活習慣病対策や長期入院の是正など中長期的な医療費適正化のため、2008年から国および都道府県が5年間の計画を策定。保険者に対し、40歳以上の被保険者などを対象として、糖尿病などの予防に着目した健診および保健指導の実施が義務づけられる。健保組合などへの「保健指導」とそれに基づく運動指導・管理という市場機会が生まれ、大きく成長するものと思われる。

WORDS 総合型地域スポーツクラブ

文部科学省が地域のスポーツ振興対策として推進する事業。多様なスポーツ種目を老若男女、技術の巧拙を問わず、地域住民に普及・振興することを目的としている。公共スポーツ施設や学校を拠点に、民間のNPO組織が自動的に運営にあたることを基本にしている。近年指定管理者として公共スポーツ施設全体のマネジメントを補助金を受けて行う事例も出てきている。トレーナーやインストラクターの1つの事業機会ともなりえるだろう。

WORDS 地域支援事業

介護を必要としない65歳以上の高齢者を対象に要介護に移行するのを防ぐために市町村が行う事業。対象者は市町村が行う介護予防健診などで選ばれる。委託事業者にはフィットネスクラブや介護サービス会社がなることが多いが、インストラクター・トレーナーが直接受託することもある。健康運動指導士の資格を取得し、法人格を有し、市町村の行う健康づくり事業に対して実績があると委託を受けやすい。積極的に市町村の窓口にアプローチしよう。

NUMBERS 3.1%

2005年12月末における日本の民間フィットネスクラブへの国民参加率。2003年度から続く新設クラブ増と既存クラブの回復から、総会員数が約397万人となり、ようやく3%台を記録することになった。中高年女性の参加率の伸びが大きく貢献している。この層の需要はさらに伸びるだろう。

2006年5~6月

NEWS PICK UP 10

注目のニュース

1 ルネサンスなど、小型店の出店続々

女性専用サーキットトレーニングスタジオを展開する「カーブス」「ビーラン」は出店増から、それぞれ総会員数が1万人を超えた。大手チェーン企業もストアフォーマットこそ進えるが、小型店の出店を急いでいる。ルネサンスは「ドゥミ・ルネサンス」、コナミは「セルフフィットネスクラブ」の多店舗展開を狙う。

2 NTTデータ、ネットで歩数管理

NTTデータは、ポータルサイト「クリエイティブヘルス三健人」を開設。ネット接続対応の歩数計と連動させ、歩数をポイント換算してギフトを提供するサービスを始めた。健保組合やフィットネスクラブなどに利用を呼びかける。

3 東京・町田市、介護予防を民間スポーツ施設に委託

東京都町田市は、高齢者の筋トレ事業の一部を民間のフィットネスクラブに委託。「若い人と同じ場所を使うことで、気軽に始められる」(市担当者談)

4 地域スポーツクラブNPO、市体育館にクラブハウス開設

石川県かほく市で地域スポーツクラブを運営するNPO法人クラブレッツは、同市宇ノ気体育館内にスタジオを備えたクラブハウスを開設し、スポーツの普及を目指す。

5 ダスキン、三井物産などのファンド、フィットネス企業に出資

ダスキン、三井物産などが設立した「フランチャイズ・ファンド」は、第1号案件として米国バタフライ・ライフと提携して女性専用サーキットスタジオを展開するエヌ・エー・ジーン(京都府市)に3,000万円を出資した。

6 医療制度改革法成立、保険者に健診・保健指導義務づけ

医療制度改革法が国会で成立。高齢者の窓口負担増や各保険者に対する40歳以上の被保険者の健診・保健指導の義務づけなどが決まった。

7 コナミ、高齢者プログラムを全国展開

コナミは高齢者向けに器具を使わない運動プログラムを全国展開する。名称は「はつらつ健康塾」。価格は3ヶ月(12回)6,300円。

8 フットサル、流行る

フットサルを導入するクラブが増えている。「ロンドスクールマックス上北台」や「リーヴ北戸田」「ジェクサー・フィットネスクラブ大井町」など。

9 ジム新設するホテル、増加

近年進出著しい外資系ホテルには、ほぼすべてジムとスパが新設されているが、国内資本のホテルもジムを新設するホテルが増加。「名古屋観光ホテル」も外国人需要を見込み、ジムを付帯する。

10 法人申請所得、第1位にセントラルスポーツ

2005年内に決算期を迎えた企業の法人所得ランキングが発表された。業界第1位はセントラルスポーツ(1,952百万円)、第2位はルネサンス(1,795百万円)。

ROAD TO MASTER

マスター



●夢を惹き寄せる！

マスターへの道



高い技術と指導力で多くの人を惹きつけるマスタートレーナー

今大きな輝きを放つマスタートレーナーたちも、始めは一人のフィットネス指導者だった

多くの出会いやチャンスを引き寄せ、夢を実現するには何が必要なのか

どうすれば、マスタートレーナーになれるのか

どうすれば、各分野での第一人者になれるのか

先駆者たちの話にはヒントがたくさん詰まっている

自身の夢に向かって確かな一歩を踏み出そう！



MASTER TRAINER



不慣れな研修担当者からカリスマトレーナーへ チャレンジとチームワークで 4,000名のトレーナーを育成 その頂点に輝き続けるマスタートレーナー

40人中36番?

今や日本を代表するカリスマトレーナー、白戸拓也さん。だが、ボディパンプとの出会いは、意外にもほろ苦いものだった。

白戸さんは大学を卒業してすぐに株式会社コナミスポーツ＆ライフ（当時、株式会社ピープル）に入社、入社後2ヶ月目から立て続けに提案した業務改善策が成果を出し、間もなく各種研修を行う「トレーナー」を兼務することになる。以降、施設の仕事の傍ら、会社が新しく導入するプログラムや、販促キャンペーンなどの企画やマニュアルをつくっては、現場に研修するという仕事を行っていた。

ボディパンプとの出会いも、研修担当責任者としての仕事の一環だった。ボディパンプはニュージーランド生まれのプログラムであるが、日本導入プロジェクトが急ピッチで進められ、代理店としての体制づくり、マニュアル整備、インストラクターの育成などがほぼ同時に進行していた。その中で白戸さんもデモビデオを数分間見ただけで1回目の研修日を迎えることになった。「それまで研修を担当したプログラムはほとんどジムで行うものだったので、そのつもりで受けたのですが、音楽に合わせて行うプログラムだと知って唖然としました。カウントもとれない、キューイングも遅れる、振りは覚えられない。40人受けている中で36番目くらいの出来だったと思います。」

そこから白戸さんのトレーナー人生が急展開することになる。白戸さんは研修責任者として3週間後には認定試験を行わなければいけない立場。同研修が終わるやいなやニュージーランドに飛び、徹底的な「特訓」が始まった。朝6時前にはスタジオに顔を出し、課題を確認して6:15からのレッスンを受ける、その後も課題の練習～レッスンの繰り返しで1日の締めくくりは夜9:00からのレッスン。

「ホテルとクラブとコンビニを行き来する3週間でした。」と当時を振り返る。

プランを立てて臨む

「マスタートレーナーの役割は、ボディパンプ、ボディコンバットをはじめとするB.T.S.をいかに広げるか。」そう話す白戸さんは、マスタートレーナーの試験をパスした後、戦略的にトレーナーを育成していく。当初はボディパンプをいかにインパクトを持たせて現場に導入できるかを考えた。そして、まずトレーニングの知識が高く、ゴツくてインパクトのある身体を持つ男性イン

ストラクターをトレーナーとして育て、その次にインストラクションが上手い女性を育成するなど、広く多くの人に受け入れられるように優先順位をつけながらトレーナーを育てていった。

やりがいや目標を惹き出したい

研修も工夫した。自身が“出来が悪かった”頃、ニュージーランドのトレーナーたちがフォローしてくれ、やる気を惹き出してくれた。その姿を自らが目標とするマスタートレーナー像に重ねながら、日本のトレーナーたちに接していく。『研修では受講している人たちに、いかに『やりがい』や『目標』を持って貰えるかを重視しています。ですので、内容もすべて予め決めておくのではなく、参加者の方々の反応をみながらその場で合わせられるよう、たくさんの“引き出し”を用意して計画しています。』

現在は自身もプレゼンターとして大勢のファンに支持されるカリスマインストラクターだが、現在も自身の身体づくりや戦略づくりに余念がない。「ボディ・パンプ、ボディコンバットのマスタートレーナーになって8年。みんなで取り組んでいることの影響力が増幅するように広がっていくことが、すごいなと感じます。イベントなどで何千人の人が集まり、楽しんでいる姿を見ると本当に感動します。これからもいいプログラムをいかに広げるかを追求しながら世界レベルで活躍できるトレーナーになりたいと思っています。」



**ボディパンプ ボディコンバット
マスタートレーナー**
**株式会社コナミスポーツ＆ライフ
プロデューサー**

白戸拓也さん

メンバーと一緒につくったプログラム

1997年IDEAコンベンション。望月美佐緒さんは世界から集まるインストラクター達を前に、不思議なほど落ち着いていた。SPEEDOのメソッドに基づいて自ら開発してきたプログラム「バランスアクア」を発表する大舞台である。その時ふと頭に浮かんだのは、毎週一緒にレッスンをしてきたメンバーの方々の笑顔だった。

「このプログラムはメンバーさんたちと作ってきたプログラム。それ以上でも、それ以下でもない。それが認められてここに立たせて貰ったんだから、それをそのまま出せばいい。上手くやろうとか、アピールしようとか考える必要はない。その上で課題が見つかれば、それを持ち帰ってまたメンバーさんと一緒にいいプログラムにすればいいんだから。」

プログラムは大好評だった。レッスンが終わるやいなや、多くのインストラクターがプールから上がって駆け寄ってくる。言葉が十分には分からぬながらも、感動してくれていることは伝わってきた。その後に行われたAEAの理事会でも、そのレッスンの話が話題にのぼるほどだったという。

アドバイザーとしての責任

その後も世界の舞台で、アクアインストラクターとして高い評価を受ける望月さんだが、SPEEDOリーダー（後、アドバイザー）としての最初の仕事は非常に辛いものだったと振り返る。

「アクアプログラムを独学で勉強し始めてから約4年が経過した1994年に、SPEEDOのプログラムが日本に紹介されることになり、私もリーダー研修に参加しました。データもしっかりとしていて、効果を出すために自身のベースで動くことを基本にするプログラムは、とてもいいものだと感じました。日本に広めることがリーダーの役割でしたからすぐにワークショップに臨みました。でも、そのワークショップが終わった直後にすごく後悔したんです。現場で十分経験もしていないのに、それを伝えようとしてしまったこと。そんなことでいいセミナーなんてできるわけがない。人に伝えようとするなんてとんでもない。こんなこと2度としちゃいけないと思って。」

参加してくれた人にお金を返して謝って回ろう、リーダーを辞めようとも思ったともいう。だが、落ち込んでいた望月さんに、インストラクター仲間の中尾和子さんがこう声をかけた。「そのプログラムが好きなん？ 好きならもっといいプログラムにするのが責任ちゃうの。」

以来、望月さんはその穴を埋めるべく、猛勉強を始めた。水の特性をつくる流体力学についても



SPEEDOアクア アドバイザー
株式会社ルネサンス
執行役員 ソフト開発部部長

望月美佐緒 さん

徹底的に調べ、少しでも分からないことがあると、詳しい人に聞いて回った。水の効能を最も享受できる中高年層にターゲットしたプログラムも開発、精力的にレッスンを行った。それは自分が自信と誇りを持ってプログラムが提供できるようになるために必要な過程だった。数年が経ち、そうして開発したプログラムが、SPEEDOアクア創始者であるメリーランドース氏の目にとまり、IDEAに推薦されることになったのだった。

感動の機会を増やす

現在ルネサンスの執行役員としてのキャリアも持つ望月さんは、今多くの業務や会議の合間に縫ってエアロビクスとバランスアクアのクラスをレギュラーで担当している。だが、最近は、徐々に現場を離れ、インストラクターの育成やプログラムの開発、更には新たなビジネスの創造にも注力してきている。先日も、15年間担当したクラスを辞めることを決心した。あるメンバーが望月さんに宛てた感謝状にはこう書かれていた。「80年生きてきて、アクアビクスに出会って初めて自分の人生に色がつきました。ありがとう」

日本で、世界で、こうした出会いを1つでも増やすことが、今の望月さんの目標となっている。そのためには、まずは会社を成長させ全国にスポーツクラブを増やすこと、1人でも多く優れたインストラクターを育成すること、そして1つでも多く優れたプログラムを開発すること。それらは世界最高峰のインストラクターに課せられたミッションでもある。



「こんなことは2度としちゃいけない」
その思いが、本物をつくり上げる原動力に
世界を魅了するアクアプログラム
プロデューサー 兼 プレゼンター

MASTER TRAINER

MASTER TRAINER

持ち前のプロデュース力で
周りの人を支援することが
マスタートレーナー契約を引き寄せる

チャンピオンになってからのデビュー

エアロビクスインストラクターとしての初めてのレッスンは、チャンピオンシップで優勝した直後のスタジオNAFAでの「優勝イベント」。有名になってからインストラクターデビューした異色の経歴の持ち主である。

専門学校で初めて受けたレッスンのインストラクターが男性だったんですが、すごく衝撃的で、『これだ』と思って、エアロビクスに興味を持ち始めました。間もなくチャンピオンシップを見に行きましたが、この時に見た前年度チャンピオンのデモンストレーションが、本当に格好良くて。チャンピオンになることより、そのデモンストレーションがやりたくて、3年でチャンピオンになると周囲に断言し、トレーニングに取り組み始めました。養成コースにも通っていたのですが、競技での優勝は予定よりもかなり早く1年で達成。でも、インストラクターとしてのデビューまでは1年半かかってしまって。初レッスンはチャンピオンとしてのレッスン。参加者はチャンピオンという肩書きに期待してクラスを受講しにきましたが、当然のことながら全くダメなレッスンでした。」

競技力を超えるビジネス力

これまで数多くのメーカーと契約を結んできている丸山さんだが、以外にも、丸山さんが元チャンピオンだったことを知らない人も多い。約15年前に、国内では3年連続ペア部門で優勝、世界大会でも最高3位という成績を残している。そして、競技選手引退後、スポーツマーケットに精通した会社に7年間社員として所属しながらインストラクターとして活動していたこともあまり知られていない。だが、この期間に学んだことが、自身のブランド力を高め続ける現在のビジネス力になっている。これまでに、大手レコードメーカーとスポーツメーカーとも契約し、現在も数社の大手メーカーとの契約をしているが、こうした契約は決して偶然や「コネ」、過去の実績だけで取れるというほど甘くはない。「メーカーがフィットネス業界に対して何を求めてるのか、その内容を理解した上で提案をします。何気ない会話も私は大事なブリーフィングだと思っています。そして、熟考を重ねた上で具体的な提案にまとめます。もちろん企画書もつくりますよ。」

インストラクターのネットワークを活用した新しい方法での商品プロモーション計画を提案したり、自身の実績や経験をもとに、自分と契約することで、こんなメリットが提供できるということをチャートにまとめてアピールする。これまでの契約実績も武器にして、自身を売り込む。種を撒いたところにしか芽は出ない。

マスタートレーナーの役割

丸山さんはマスタートレーナーになるには2つの方法があると分析する。ひとつは、ある特定分野の知識や技術を段階的に習得していく、その分野で最高峰の資格や経験を持つことで『マスタートレーナー』になる方法。この場合、その役割は特定の知識や技術を広く伝えることになる。もう一つの方法は、業界での経験や実績、ネットワーク（人との信頼関係）をもとに、選ばれて『マスタートレーナー』になる方法。この場合、何かを体現したり、広められる力量を備えていることが必要となる。その役割は、新しいプログラムや商品を広く浸透させること。丸山さんは後者の場合が多い。ラディカルフィットネスのマスタートレーナーとしても、そうした役割が期待されている。同プログラムの販売元であるプレシジョンジャパンとともに、2008年までに150施設、1,000名のオフィシャルトレーナーを育てる 것을目標に置いている。丸山さんもこのプログラムの魅力を広く伝えたいと準備万端だ。

「社会の変化を見ていると、様々な企業や団体が、何かを売り出したい、アピールしたいという動きが常にあります。それが本当にいいものであれば、自分もそれを多くの方に知っていただくことに役立ちたいと思う。だから、トレンドの変化を感じたり、いい商品やプログラムに出会ったりすると、その動きを後押ししたくて自分から協力させてくれつて提案しに行くんです。そうすることで、よりダイナミックな仕事ができるし、自分の仕事や業界界を大きくしていくことにも繋がられると思うんです。」



ラディカルフィットネス
マスタートレーナー
有限会社スポーツゲイト 取締役社長
丸山寛さん

学園祭が最初の舞台

小学生の頃から、学園祭といえば、クラスの女の子を集めてダンスを発表した。音楽を選び、振りを付け、衣装をつくって表現する。北海道の小さな町で当時ビデオクリップもDVDもない、ダンスを習いに行く場所さえないので、自分が好きなダンスが楽しめる場を自ら創っていた。

短大入学で上京。水を得た魚のように連夜クラブで踊った。中でも自分が好きだったハウス系の音楽をセレクトするDJを追いかけ、クラブをハシゴするほど。「好き、と思うものを追求する」。その姿勢はこの頃から変わらない。当時、スポーツクラブに入会したところインストラクターに勧められて養成コースのオーディションを受けることに。狹き門を潜り抜けて当時華やかにオープンしたエグザス青山でデビューした。

好きなこと、プロになるということ

インストラクターの仕事は楽しかった。短大卒業後、一般企業に就職も決まつたが、会社に交渉して、インストラクターの仕事も続けさせて貰うこと。当時インストラクターはイベントダンサーとしてもひっぱりだこだったことから、土日にはイベントの仕事も多く手がけた。ダンスも趣味で続けていた。都内はもちろん、米国にもレッスンを受けに行くようになり、米国で最初に受けたレッスンがRIKAさんに大きな影響を与えることとなる。

「ロスのヴォイトスタジオで受けた『ストリートジャム』というダンスレッスンでしたが、率直に『これ好き』と思ったんです。そのレッスンを受けてから、日本でもエアロビクスだけでなく、自分の好きなダンスを教えてみようと『ザ・ジャム』という名称のクラスを創りました。フリースタイルで、最新の曲や動きで構成していくものです。」

やがてOLを辞め、今度はインストラクターとダンサーの2足のわらじをはく日々に。両方でキャリアを積む中でも、RIKAさんは慎重な職業観を持っていた。「実際はダンサーとしてのキャリアの方が多いのですが、プロとは言えません。プロというのは、そのことで生計が成り立たせられて始めて言えること。私は、好きなダンスを続けるために、インストラクターやアドバイザー、プロデューサーとしてプロになることを選んだのかもしれません。」

進化することと適応すること

ナイキロックスターとの契約は、ナイキ社か



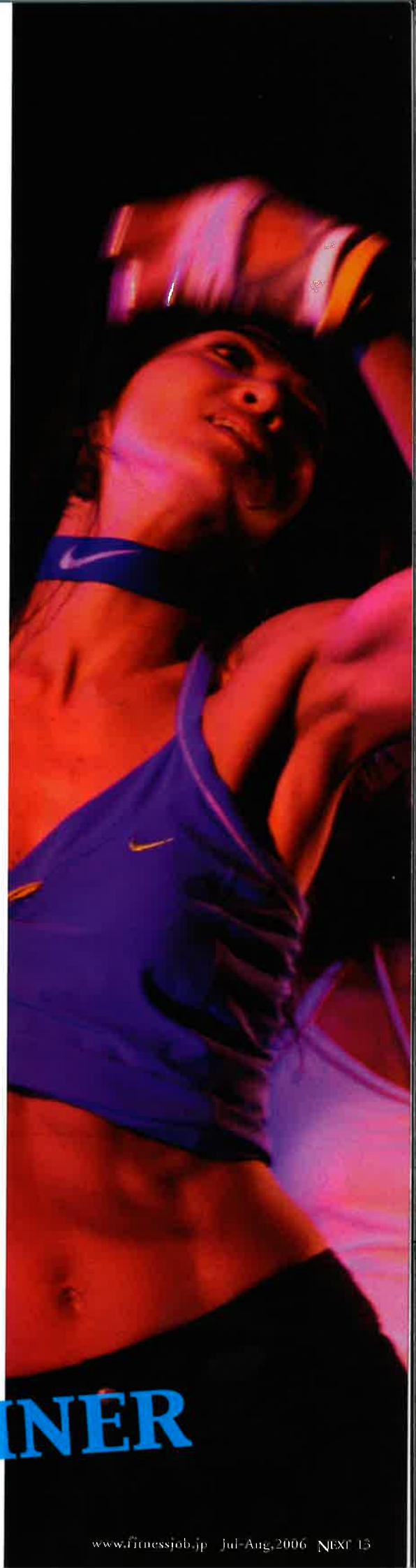
ナイキロックスター／ワークアウト
マスタートレーナー
R-23主宰

RIKAさん

らのオファーによるものだった。自身のフリースタイルのレッスンと、プレコリオのプログラムが3ヶ月に1回送られてくるロックスターのレッスンの違いに戸惑いもあるが、今は両方楽しんでいる。自身のレッスンは思い入れが強すぎて時にメンバーに押し付けてしまうことがある。一方、ロックスターには参加者それぞれに向けて「Be a Rockstar（あこがれのスターになろう）」というメッセージが込められている。RIKAさんもメンバーと対等に、一緒に楽しめる良さがある。

現在は、ザ・ジャムと、ナイキロックスターのクラスを担当する他にも、エアロビクス、アクアビクス、ピラティスなどのクラスも担当している。その他にもフィットネスクラブのアドバイザー、イベントプロデューサー、今春には養成コースもスタートさせた。数多くの仕事を掛け持つRIKAさんだが、そこに通じるのは「踊ることが好き」「好きなことを続けたい」という純粋な気持ちである。今でもダンススタジオに通い、初級者レッスンにも定期的に参加してスキルアップと指導者としての感覚を磨き続ける。

「好きなことを続けるには、責任もあるし、難しいこともあります。自分が好きなことを追求し続けるには、社会や企業、クラブやメンバーの方々が何を求めているのか、それをキャッチして応えていくバランス力も必要だと思います。今後は好きなダンスを続けたいという若い後輩たちのサポートをしていきたいと思います。」



**責任を持って好きなダンスを続けたい
それを続けるためには
常に進化力と適応力が求められる**

MASTER TRAINER

MASTER TRAINER

整形外科と内科

医療現場とフィットネスの現場をつなぐ
包括的な健康問題解決サービスの提供を目指す
日本唯一のピラティス・リハビリテーション
認定指導者

フィットネスが整形外科と内科をつなぐ

日本で整形外科の専門医と内科の認定医の両方を持つ医師はめずらしい。そのうえ、フィットネスクラブスタッフとして働いた経験も持つ異色のドクターである。現在、自身が経営するクリニックで整形外科と内科の診療をし、フィットネスやピラティスプログラムも提供しているが、このクリニックのコンセプトが創られるに至る経験が2つあった。

1つは、医学部在籍中に4年間フィットネスクラブでアルバイトをしていた時のこと。「お医者さんから少し運動をしなさいと言われて来ました」というメンバーには決まって「どんな運動をどのくらいしなさいと言われたんですか?」と尋ねた。だが、その問い合わせに答えられたメンバーは1人もいなかった。さらに、フィットネスクラブに来るメンバーを見ていると、内科的な健康問題を抱えた人もいれば、スポーツ傷害や関節の痛みなど、整形外科的な問題を抱えた人もいる。「医療の世界では縦割りなのに、フィットネスでは包括的に健康問題に応えられる」。以来、スポーツ医学に興味を持つようになった。

もう1つは、医学部を卒業し、研修医を終えた後に福岡市の保健施設で生活習慣病の担当医として働いた時のこと。市が提供していたミニドックで、何らかの異常値が見られる人のうち、通常4割、多い時で7割の人が生活習慣病関連の所見だった。その時、「一般の方が健康を気にする時、生活習慣病を気にしている人がほとんどなんだ」と感じた。さらに、市で健康づくりのために行うウォーキング教室などで、膝や足を痛める人が意外に多いことも知った。こうしたことから、一般の方の健康づくりには、内科と整形外科両からのアプローチが必要だと実感した。

ピラティスが医療とフィットネスをつなぐ

市の仕事をしている時から、柔軟によいものを取り入れた。全国で初めてチューブ体操を取り入れたり、栄養・運動だけでなく休養のためのリラクゼーション法やアロマテラピーなども取り入れた。だが、市の仕事では異動があるたびに取り組みが断片化していく。「自分が目指すものを形にしていくには、クリニックを開業するしかない。」

そう決意したものの、予防医学でクリニック経営を作り立たせることは現状では難しい。そこで、それまでぼんやりと描いていた整形外科と内科を組み合わせたクリニックのビジネスモデル

を具体化していった。改めて整形外科医としての技術と経験をつけるべく、効率的に必要な力がつけられる病院に勤務するとともに、米国で成功しているスポーツ整形クリニックやフィットネスを取り入れている内科の病院も視察。その視察中にピラティスに出会った。

「ピラティスでリハビリが行われている光景を見た時、直感でいいものだと感じました。メソッドまでは分かりませんでしたが、木製のリフォーマーにぬくもりが感じられて格好良かった。その時、自分のクリニックにはピラティスを必ず入れようと思いました。」

以来、クリニック開設準備と同時進行でピラティスの勉強も始め、開業直前、2ヶ月間は集中して米国と日本を行き来。日本で唯一、リハビリ指導者認定も持つポールスター・ピラティス認定者となった。

クリニックは、2005年7月、武田さんが思い描いた形で順調にスタート。ポールスター・ピラティスのホストセンターにもなり、常に最新の情報収集・発信ができる環境も整えた。今年7月に企画したセミナーも理学療法士から予想以上の大きな反響を得た。

「フィットネスやピラティスは日本の健康サービスのギャップを埋めるものだと思います。今後は医療資格を持った人を含めて、優れたトレーナーの育成にも力を尽くしたいと思います。」



ポールスター
ピラティス・リハビリテーション
認定指導者
スポーツ・栄養クリニック院長

武田淳也さん

ジェフ氏と出会い新しい扉を開く

9歳から読売クラブに所属し、ゴールキーパーとして各ユース年代の日本代表を経験し、1997年にヴェルディ川崎(元ヴェルディ東京)とプロ契約を結んだ。その後ブラジルのパルメイラス、ジェフ市原(現ジェフ千葉)などでプレーしたが、持病の腰痛のため現役引退。その後2年間は、社会経験を積むために現金輸送、ビル清掃業、配膳、バチンコ店員など10種類以上の職に就く。「今までサインを求められていた職業から、翌日にはデパートの便所に這いつぶばって、素手で便器の汚れを落とす仕事に変わっていました。通行人に蔑んだ目で見られていたのははっきりと覚えています。」

もう一度人に認められる職に就きたいと思い、青山にあるリビエラスポーツクラブに入社。そこでキネシオロジー(運動力学と運動学を融合したもの)をベースに、矯正エクササイズを開拓するジェフ・ライベングッド氏と出会う。同氏はメンバーからの相談に対して、ごまかしなくロジカルにその痛みや不具合の原因と解決策を示し、それまで病院に行ってもマッサージに行っても改善されなかったという痛みを次々と改善させていった。特に伊藤さんが感銘を受けたのは、ジェフ氏のスクリーニングテストの精度の高さと、状況に合わせて提供するストレッチとエクササイズ的確さ。それまで伊藤さんは「治療」といえば、マッサージや鍼、カイロ、整体などの代替療法をイメージしていたが、ジェフ氏はエクササイズを武器に、それ以上の効果を提供していくのだった。

誰にもできないからこそ、自分がやる

ジェフ氏から渡されたのは医学書だった。それも1冊も日本語に翻訳されていない。それでも少しでも近づきたいと医学辞書を片手に、必死で専門用語を覚え、理論と技術の習得に邁進した。ジェフ氏に1年間従事した後に独立。関東全域を活動範囲として、朝8時から夜の2時まで、クライアントの自宅や複数のジムを回る日々。毎日車で200キロ近く走った。年間360日働き通す暮らしを2年間続けたところで、代官山にあるマンションの1室にスタジオを構えることを決心した。

「この時収入は、それなりになりましたが、稼げば稼ぐほど、自分が本当にその稼ぎに見合った実力があるのか疑問に思うようになったんです。それで自分の立場に責任と信用を持つことが必要だと思い、スタジオを構えて勝負することにしました。クライアントがわざわざ足を運んでくれるのか不安でしたが、9割の人が続けて通ってくれました。」



パーソナルトレーナー
メディカルフィットネス
「MARO'S(マロッズ)」主宰

伊藤和磨さん

今では、全国からこのスタジオを訪れる人が絶えない。それはいくら難しい状況の方にも最後の砦となるべく、真正面から向かい合いセッションを提供するからだ。その姿勢と伊藤さんが追求するロジカルで科学的なアプローチが認められ、これまでに本も3冊出版した。

「どんなに難しい状況でもその方を前に『これは、仕様がないですよ』と言ってしまったら、その瞬間に自分の存在価値がゼロになってしまいます。誰かが出来ないからこそ自分がどうにかする。でも明確な改善結果が出ないときは、本気で落ち込みます。」

「腰痛」を日本から消滅させたい

伊藤さんは自らのミッションとして、学校の保健体育に、自分の体を自分で守る術を身につける、日常予防医学のカリキュラムを導入することを掲げている。それは予防医学の教育に勝る治療はないと考えるからだ。

「腰痛をなくすには、次世代を担う子供たちに、義務教育の9年間で正しく座る姿勢と、特に屈む動作を徹底的に習得して貰う以外にないと思います。これが達成されれば、毎年4兆円といわれる腰痛マーケットも、8分の1に縮小できるでしょう。それをを目指してこれからもまだ勉強し実績を積み上げていきます。プレることなく信念を持って仕事をしていれば、必ず色々なものが手に入ります。やがて学校にも日常予防医学のカリキュラムが入るようになるでしょう。わたしは『ちゃんと』という言葉が好きで、これからはトレーナーとしても、人間としても『ちゃんと』生きていきたいと思っています。」



痛みを抱える方々の最後の「砦」になる
その思いで徹底的に科学的アプローチを追求
年間提供セッション数1,500を超える
パーソナルトレーナー

MASTER TRAINER

MASTER TRAINER マスタートレーナーへの道



米国の場合



24アワーフィットネスプログラム開発アドバイザー
Schwinn®インドアサイクリングマスタートレーナー[®]
BOSUマスタートレーナー

ジュリアン・アーニーさん

10年連続でIDEAコンベンションでプレゼンターを務め、数多くのプログラムのマスタートレーナーでもあるジュリアン・アーニーさんに、米国における「マスタートレーナーへの道」についてインタビューした。長くインストラクターとして活躍し続けるため、多くのヒントが得られる。

アメリカは国土が広いので、マスタートレーナーになるには戦略が必要です。まず、ローカル(地元)でリーダー的存在になるのか、ナショナルレベル(全国的な)でリーダーになるのかでその方法は違います。

ローカルでリーダー的存在になるには、何といつても自身のクラスが多くのメンバーに支持されることです。何のプログラムでも、とにかく地元で「いいインストラクター」としてよく知られる存在になること。そうなるためには、自分が努力することも大切ですが、メンバーが多いクラブを選んで働くことも重要です。そもそもメンバー数の少ないクラブでは自分のクラスで集客できる人数も限られてしまいますが。

以前米国でもマネジャーたちとインストラクターの間に理解のギャップがあった時代がありましたが、3~4年前からクラブマネジャーたちがグループエクササイズインストラクターの重要性を見直し始め、最近はインストラクターにとっての職場環境が改善してきています。ロサンゼルスでは、24アワーフィットネスとイクイノックス、スポーツクラブLAの3社の間でフィーの価格合戦をし始めています。優れたインストラクターに「もっとフィーを出すからうちに来てくれないか」と誘うのです。ですが、インストラクターはフィーよりも、その会社が社会保障(保険など)を提供してくれるか、会員数が多いクラブか、集客しやすい時間帯にクラスが持てるかなどを判断基準にクラブを選んでいるようです。

次にナショナルレベルでのリーダーへの道ですが、基本的にはプログラムを売る会社のチームに入るか、エクイップメント(フィットネス機器やフィットネ

スギア)を売る会社のチームに入るかのどちらかです。プログラムやエクイップメントを売る企業は、全国的なキャンペーンを仕掛けます。その時に、指導力のあるインストラクターを選び、そのインストラクターに全国を回ってプログラムを広めて貰うという方法をとります。ですから、こうしたチームに入ることで、一気にナショナルレベルのインストラクターになるチャンスが広がることになります。

こうしたチームに入るには、まずプログラムやエクイップメント会社とのネットワークを持つ先輩インストラクターに自分の存在を知って貰うことが重要です。なぜならそうした企業は、たいていインストラクターのネットワークの鍵を握る人にアプローチするからです。その鍵を握るインストラクターは知っているインストラクターの中から紹介をするパターンがほとんどです。マスタートレーナーになるには、技術力、指導力、プレゼンテーション力などの力量を備えていることが必要ですが、そこへの第一歩としては、何らかのプログラムのトレーナーチームに入ること。特にネットワークの鍵を握るインストラクターがマスタートレーナーをしているプログラムのチームに入り、一緒に働く機会を持つことはとても有効です。そこで力をつけていけば、やがて声を掛けられる存在になるでしょう。

インストラクターとして長くハッピーに働くには、業界の動きやプログラムのトレンドを見ながら、オリジナルのプログラムを創ったり、今後トレンドになりそうなプログラムをいち早く自分のものにして、何かの“第一人者”になることです。それが時代やトレンドに乗って主流になれば、自然に自分がリーダー的存在になれるのです。米国でも今グループエクササイズは非常に多様化していて、インストラクターは本当にいろいろなプログラムを習得したり、資格を取らなければ収入やキャリアが高められない状況にあります。そういう環境の中でも自分の得意分野を見据えて、第一人者になれる分野を見つけること。それが自身の将来をつくるのです。

CONDITIONING ~キャリアアップへの挑戦



コンディショニングとは、
背骨のリセット、代謝促進・改善、スムーズなリンパの流れ、
筋骨格・動作の改善。

日本で唯一のコンディショニング施設、健屋。

お客様、メディアから多数の支持を受ける。

イメージしてください、ここからすべてが始まります。

3年以内にご自分のサロンを持ちたい方、
キャリアアップしたい方、
募集します。



コンディショニングスクール 独特のカリキュラム

背骨のリセット

骨格を元ある場所に整えます

ストレッチボールを使い、背骨を本来の場所に戻します。そして、その姿勢の安定を図るためのコアコンディショニングを行う姿勢矯正です。背骨をリセットすることで、筋肉のコリや痛みは改善し、身体の中心が心が引き締まることでサイズダウンやダイエット効果があります。また神経の働きさえも整うため、自律神経の調子もよくなります。

ドルフィングコンディショニング

代謝改善・リンパの流れの改善

リンパの流れを整えて、老廃物を出せる身体にします。リンパの流れを筋肉の動きによって改善する独自のコンディショニング方法です。その場で効果を体感できます。老廃物のたまりやすい身体は、疲れやすく、また痩せやすい原因になります。

ファンクショナルコンディショニング

筋骨格・動作の改善

筋肉や関節の調整を行い、筋肉の神経伝達をスムーズにするマッスル・リ・エデュケーション(筋の再教育)のプログラムです。使いすぎている部分は休ませ、使えていない筋肉は使えるようにします。筋肉のトーンが整うことで、動けるからだが出来上がります。筋肉の整った身体は気品と美しさが手に入ります。

D CONDI
A TIONING
T RAINER
SCHOOL

【講 師】 有吉 与志恵

【受 講 料】 ¥420,000(分割可)

【開催日程】 2006年10月～2007年2月
毎週日曜10:00～18:00

【場 所】 「和風フィットネス健屋」
東京目黒区祐天寺1-22-5
(東急東横線祐天寺駅徒歩2分)

個別説明会実施中!

コンディショニング体験できます。(規定あり)

説明会に参加した方、全員にプレゼント!

まずは、資料請求・お問い合わせ下さい。



問い合わせ先

THEARTH

株式会社ハースコーポレーション スクール事業部

〒158-0086 東京都世田谷区尾山台1-19-14

田園調布スカイスクレーパー5F

TEL 03-3705-3192 (月～金 9:00～18:00)

MAIL s@e-hearth.co.jp URL http://www.e-hearth.co.jp

次代をつくる
インストラクター・トレーナー[®]
Next generation's Instructor & Trainer.

vol.3

KEIICHI SUNAGAWA

砂川佳一

民間フィットネスクラブで11年勤務した後、
パーソナルトレーナーの育成・派遣をする企画を立ち上げた。
現在は同社「フィクストOコンディショニング」の代表取締役としての仕事をする傍ら、
洲中パーソナルトレーニングの第一人者としても活躍中である。

photograph by 長塚 健

お客様が続けられるクラブづくり

名門、近畿大学水泳部出身。ストレートな言動で、所謂「体育会系」と見られたこともある。組織の中では波風を立てることも少なくなかった。だが、それは強い信念の現われでもある。砂川佳一さんの信念は大学卒業後フィットネス業界に入った当時から変わらない。「お客様が辞めないで続けられるクラブづくりをすること」。入社してから全力でこれを実現したいと思っていた。11年勤務の後にパーソナルトレーナーの育成・派遣をする会社を立ち上げたが、その選択も、この信念に向かう一過程でしかない。

「お客様が辞めてしまうのは、クラブがお客様のニーズを掴みきれず、それに応えられないからだと思うんです。今はパーソナルトレーナーという形をとりながら、一人ひとりのお客様にオーダーメイドのサービス提供のお手伝いをしていますが、やりたいことは『パーソナルトレーナー』ではなく、『個別インストラクション』。状況によっては、その役割をクラブスタッフが担う場合もあるでしょう。形式はどうであれ、いかにお客様のニーズに合ったサービスが提供できるか。そこをずっと追求しているんです。」

実績が信頼に

クラブスタッフ時代には、お客様のニーズがあると感じられたことを次々と形にしてきた。入社2年目に「水中プライベートレッスン」を導入。1対1で、充実した泳法レッスンや泳力を高めるトレーニングを提供した。約10年前のことだが、40分5,000円という強気な値段設定でスタート。それでも、お客様から確実な支持を受けスイミング部門での売り上げアップを実現させた。

ほぼ同時期に「クラブ・イン・クラブ」も複数立ち上げた。「クラブに仲間を持つお客様はクラブを辞めにくい。クラブに個人で通うお客様にも、仲間と一緒に楽しみたいというニーズはある。」そう感じるやいなや組織づくりに奔走した。中心になって活動してくれそうなお客様を見つけては、クラブをつくり、運営をサポートする。水泳、スノーボード、ヨットなど、100名以上が登録するクラブも数多く誕生し、イベントやツアーや企画すれば数百名が参加するようになった。人気クラブの影にはいつも砂川さんがいた。

マスターズ大会の運営にも力を入れた。それまで自社のクラブを会場にして行っていた大会を、「なみはやドーム」という大プールを借り切って行う企画を立て、見事にそれを成功させた。

ストレートな言動が誤解されることはあるが、実績が証明した。その強い信念と結果が徐々に多くの人の信頼を集めていった。

パーソナルトレーナーという形が受け入れられる時代

「お客様が続けられるクラブづくり」にこだわる砂川さんがクラブを辞め、独立することを決意したのは、時代がそうさせたとも言える。企業はバブル経済崩壊後の約10年間、コスト効率を

高めることに専念した。人件費に大きくメスが入れられ、クラブスタッフとして充実したサービスを提供することが難しくなった。砂川さんは「お客様のニーズを知りたい、それに応えたい」と強く思っていたが、それを実現するには相応のコストがかかる。今何かができるとすれば、クラブにコスト負担をかけずに実現する方法しかない。その答えがパーソナルトレーニングという形だった。さらに、外部組織としてクラブに協力する方法であれば、クラブはコストのリスクを負うことなく、充実した個別サービスをクラブ運営に取り入れることができることになる。

数字分析でなく、ニーズ分析が必要

もう一つ、強く必要性を感じていたのが、お客様の本当の意味でのニーズ分析である。顧客分析と呼ばれるもの多くは“数字の分析”であり、個々のお客様のニーズは見えない。そう考える砂川さんは、これまで手間をおします、独自でアンケートをとったり、手作業で利用動向を記録するなどしながら、できる限り“人”に視点を置いたニーズ分析をしようとしてきた。

「指紋認証を提案したこともありました。各アイテムやプログラムの参加者の方を指紋で認証できるようにしておけば、お客様一人ひとりの動きが手に取るように分かるようになる。トレンドやニーズに合ったプログラムづくりまで、はるかに効果的に行えるようになると思うんです。」

育成中のトレーナーにもお客様の本当のニーズを掴むことの重要性を説き、カウンセリングやコミュニケーション力の向上には特に力を入れている。それが初めて初めて、それぞれのお客様にびたりと合うオーダーメイドのサービスが提供できるからだ。

水の特性は強力なツール

自身も水中パーソナルトレーニングの指導者として活躍している。これも目指すところは、お客様のニーズに応えること。

「パーソナルトレーナーは、その方の体力や目的に合わせて、マシンを使ったり、フリーウェイトを使ったり、ボールを使ったりしますよね。それなら水だって使わない手はない。水には陸上では得られない運動効果がありますし、水中での運動を組み合わせることで、陸上のトレーニングの効果を高めることもできるんです。特に今クラブに通われているお客様の中には、水の特性を利用することで、より的確にニーズに合ったトレーニングが提供できる場合が多いんです。」

常にお客様のニーズに正面から向き合おうとする砂川さんはインタビューをこう締めくくる。「今後も時代によって個別インストラクションの提供方法やスタイルは変化するでしょう。今は有料パーソナルに力を入れていますが、グループレッスンへのニーズもあります。これからも、時代の変化、お客様のニーズの変化に合わせて、プログラムやサービス提供の方法を開発し続けていきたいと思います。私たちも柔軟に形を変えながら、お客様が続けられるクラブづくりに貢献していきたいと思います。」

砂川さんから次代のインストラクター・トレーナーへの 3つのアドバイス

- ① 視野を広く持つ
- ② 自分が負けることを認める
- ③ 1人ではできないことを知る

個人事業主として働くトレーナーやインストラクターは「自分が頑張らなきゃ」と自分の世界に没頭したり、自分のプライドを強く持ち過ぎたりしてしまいがち。でも一人でできることは限られています。何かを実現したいと思ったら、必ず協力者が必要ですし、自分の知らない世界も含めて広く視野を持ち、優れたものを認めることで始めて前進・成長できます。自分を知り、お客様の本当のニーズを引き出し、それに自分がどう応えられるのか。そのレベルを常に高めていくことが重要だと思います。(談)



Profile

有限公司「フィクスド○コンディション 代表取締役
株式会社東急スポーツアシス アドバイザー
株式会社オージースポーツ パーソナルトレーニング開発PJ
関西医科大学健康科学センター認定
メディカルパーソナルトレーナーMPT(KMFネットワーク)涉外担当

Certification

FNC認定 AQUAパーソナルトレーナー講師
JHCA協会認定 フィンカルコンディショナー
水中運動指導士認定

Career

22歳 東急スポーツオアシス入社
24歳 梅田店リニューアルオープニングスタッフ
水中プライベートレッスンを立ち上げる
クラブインクラブ担当
なみはやドームでの「オアシスマスターズ」
運営スタッフ
28歳 阿倍野店オープニングスタッフ
31歳 热品開発パーソナル事業部
33歳 有限公司「フィクスド○コンディション」設立。
同社代表取締役に
現在 同社でパーソナルトレーナーの育成・派遣事業を行なう傍ら、日本ホリスティックコンディショニング協会セミナー講師、東急スポーツオアシスアドバイザーなどを務める

クラブとインストラクターの いい関係

連載3

これからのインストラクター像 ——市場や顧客の捉え方

こんにちは。

第1回目は、クラブとの情報交換について持つべきセンスについて、第2回目は、事業主としてあるべき姿をテーマに記載しました。第3回目は、少し視点を広げて市場（マーケット）や顧客の捉え方について色々お話をさせてもらいたいと思います。

皆さんは、自分のお客様について説明をして下さい。と言われたらどのように説明しますか？マーケター（お客様に喜んで通ってもらうクラブ創りをする人）の必要条件に、お客様を語ることができるという要素があると思います。私の立場なら、会社のマーケティング部門の責任者なので、全体で20万人の会員様、もしくは1クラブ4,000名の会員様について考える事が多いです。

その場合、性別や年代別でどのような構成比か、利用の仕方やクラブの入会動機はどのような構成比などを評価して、増減しているニーズや年代層を掴みさらに分析をしていくといったアプローチを取ります。

みなさんはどうでしょうか？

スタジオの方は1クラスあたり40名としたら、どのような切り口で理解すればいいでしょうか？パーソナルトレーナーの方は利用されている

顧客の100名をどのような切り口で理解すればいいでしょうか？

この切り口のポイントの良さとその結果から学ぶことが、クラスの集客数やリピート率の高さに繋がるのではないかでしょうか。

1ヶ月でパーソナルを受講されるお客様を100名とした時、男女比は？年齢構成比は？といったことはもちろんですが、新規のお客様の構成比率は？1ヶ月あたり一人あたりの利用回数と売上は？症状別の構成比と売上は？会員としての平均在籍期間は？などを見ていくと顧客像が見えてきて今後の課題が見えてきますね。

これらの指標を時系列（続けて）で見て、行動していくなら立派な事業主ですね。

このような分析は定量的な切り口です。

定量的なデータは、比較が容易、時系列で管理できる、誰が見てもわかる（客観性）というメリットがあります。

これに対して定性的な分析と呼ばれる切り口もあります。これは一般的にお客様の志向（思考）、心の中といった、数字には表れずらく目に見えない現象や状況を捉えるのに効果です。マーケティングの世界では「消費行動は論理ではなく感情」だとよく言われますが、フィットネスクラブのお客様もそのような場合がありますよね。体重

が落ちるからとか痩せるからなどの効果ではなく、なんとなく楽しいから、とか、インストラクターが好きだからといった理由で参加されるお客様もたくさんいらっしゃいます。もちろん、効果も出るし、楽しいし、インストラクターも好きだからなんて欲張りなお客様もいらっしゃいます。

このように頭や心の中を理解する事もお客様を捉え続けるには必要な条件です。これは現場の活動（お客様を観察する、会話するなど）を通して得ることができます。

お客様を捉える時は、定量的な情報と、現場で得られる定性的な情報を合わせて評価すると、自ずとやるべきことが見えてきます。

ぜひ早速試してみて下さい。

上野和彦 Kazuhiko Ueno

株式会社ディップネス 市場企画本部長、
1994年株式会社レガッタ入社。3年店舗
勤務後、八潮店、スマートバス事業部を経て、
台帳後は合併担当マネージャー、宮澤企画
部長を担当し2004年10月から現職。中層
経営計画、マーケティング戦略等会社的
な判断立案を主に担当。ブランド推進プロジェ
クトの責任者も務める。

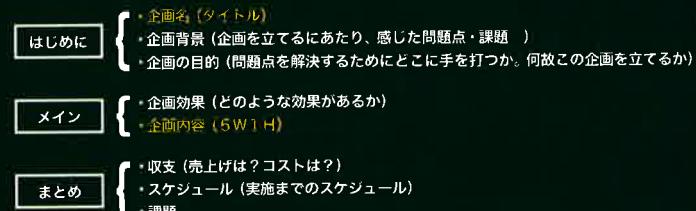
企画しよう！提案しよう！

企画書		説明 2006年 4月 30日																		
		社員名 本部長 事業部長 ITセールス マーケティング 開拓部																		
		佐藤 渡田 芳方 萩谷																		
企画名																				
企画背景																				
◆社会的背景：・高齢者人口の増加・高齢者の医療費过大 ◆社内背景：・60歳以上の会員構成比の过大 ・スタジオプログラムへの熱意者の会員構成 ・高齢者ニーズに対応できるプログラム不足																				
企画目的																				
高齢者向けプログラムを体験して参加者の定着率を高める→ クラス料金を払うことでスクール全体の定着率向上に貢献																				
企画効果																				
購入により料金の支払いが月々の月会費料金に日本8,000円のスクール料金をいただく ・月会費料金を支払っているため、スクール料金の加入料金 ・今後は月会費料金を支払うためのスクール料金料金に合わせて月会費料金を支払う ・料金は月会費料金に支払うと同時に料金額が拡大する																				
企画内容																				
<ul style="list-style-type: none"> ・1つ ・2つ ・3つ ・4つ ・5つ ・6つ ・7つ ・8つ ・9つ ・10つ ・11つ ・12つ ・13つ ・14つ ・15つ ・16つ ・17つ ・18つ ・19つ ・20つ ・21つ ・22つ ・23つ ・24つ ・25つ ・26つ ・27つ ・28つ ・29つ ・30つ ・31つ ・32つ ・33つ ・34つ ・35つ ・36つ ・37つ ・38つ ・39つ ・40つ ・41つ ・42つ ・43つ ・44つ ・45つ ・46つ ・47つ ・48つ ・49つ ・50つ ・51つ ・52つ ・53つ ・54つ ・55つ ・56つ ・57つ ・58つ ・59つ ・60つ ・61つ ・62つ ・63つ ・64つ ・65つ ・66つ ・67つ ・68つ ・69つ ・70つ ・71つ ・72つ ・73つ ・74つ ・75つ ・76つ ・77つ ・78つ ・79つ ・80つ ・81つ ・82つ ・83つ ・84つ ・85つ ・86つ ・87つ ・88つ ・89つ ・90つ ・91つ ・92つ ・93つ ・94つ ・95つ ・96つ ・97つ ・98つ ・99つ ・100つ 																				
収支																				
<table border="1"> <tr> <td>スクール料金(1ヶ月)</td> <td>追加料金(1ヶ月)</td> </tr> <tr> <td>料金額 会員登録料 クラブ料金</td> <td>ホール代 組合 計</td> </tr> <tr> <td>￥8,000 16 ￥128,000</td> <td>￥1,000 12 ￥17,000</td> </tr> <tr> <td>会員料金</td> <td>会員料金</td> </tr> <tr> <td>￥6,000 4 ￥24,000</td> <td>￥6,000 4 ￥24,000</td> </tr> <tr> <td>総額合計</td> <td>総額合計</td> </tr> <tr> <td>￥87,000</td> <td>￥104,000</td> </tr> </table>			スクール料金(1ヶ月)	追加料金(1ヶ月)	料金額 会員登録料 クラブ料金	ホール代 組合 計	￥8,000 16 ￥128,000	￥1,000 12 ￥17,000	会員料金	会員料金	￥6,000 4 ￥24,000	￥6,000 4 ￥24,000	総額合計	総額合計	￥87,000	￥104,000				
スクール料金(1ヶ月)	追加料金(1ヶ月)																			
料金額 会員登録料 クラブ料金	ホール代 組合 計																			
￥8,000 16 ￥128,000	￥1,000 12 ￥17,000																			
会員料金	会員料金																			
￥6,000 4 ￥24,000	￥6,000 4 ￥24,000																			
総額合計	総額合計																			
￥87,000	￥104,000																			
スケジュール																				
<table border="1"> <tr> <th>日程</th> <th>内容</th> <th>備考</th> </tr> <tr> <td>2月25日</td> <td>企画書提出</td> <td></td> </tr> <tr> <td>3月1日</td> <td>スタッフ向けミーティング・会員登録料</td> <td></td> </tr> <tr> <td>3月14日</td> <td>クラブ内会員登録</td> <td></td> </tr> <tr> <td>3月22日</td> <td>体験スクール・受付スケート</td> <td></td> </tr> <tr> <td>4月1日～2日</td> <td>4ヶ月定期会員登録</td> <td></td> </tr> </table>			日程	内容	備考	2月25日	企画書提出		3月1日	スタッフ向けミーティング・会員登録料		3月14日	クラブ内会員登録		3月22日	体験スクール・受付スケート		4月1日～2日	4ヶ月定期会員登録	
日程	内容	備考																		
2月25日	企画書提出																			
3月1日	スタッフ向けミーティング・会員登録料																			
3月14日	クラブ内会員登録																			
3月22日	体験スクール・受付スケート																			
4月1日～2日	4ヶ月定期会員登録																			
備考																				
*有料スクールとしての導入を最終的にご利用いただきたいと思います。																				

Vol.3 企画書＝全体構成要素＋あなたの想い！

前回は、企画書の顔である「タイトル」に関して考えてみました。「タイトル」は人に例えると「顔」にあたり、企画そのものの概念を表現しています。今回は、そろそろ皆さん企画書を書き上げるに必要な企画書の全体像についてお話をします。企画書の構成要素として何を網羅しなければならないかを明確にします。

構成としては、下記のようになっています。



これは基本的な構成ですから、これ以外にも色々あると思いますが、まずは最低限の内容を把握してみましょう。「とにかく、難しそうだなあ」と思うかも知れません。でも、恐れることはあります。実は、前回タイトルを先に紹介したのには理由があります。タイトルにはあなたの実現したい事の想いが集約されています。タイトルを考える過程で、何からしら日頃頻繁に思っていること（背負）や問題と感じていること（目的）、実現したこと（企画内容）などの考えを巡らせるのです。またその企画を実現したらどのような良いこと（効果）があるかなども考えると思います。つまり、この時点で既に企画書作成に必要な構成要素は自然に頭の中で網羅されているのです。ですからタイトル（=企画概要）であなたの実現したい想いをまとめたら、あとはその勢いで、「構成要素」の書式に当てはめ、モザイク無しで確認します。これで企画書は完成です。しかし企画書で最も大切なことは、実はあなたの“想い”なのです。何かをやってみたい！実現したい！という熱い想いと情熱があれば形式はそれほど意識しなくても大丈夫です。逆に言えば、いかに構成要素がしっかりしていても想いが無ければ空虚な企画になってしまふでしょう。企画書は相手に提案し通らないと意味がないのです。あなたの想いを実現させる“熱い”企画書を書きましょう。

今回のポイント
「企画書の構成要素」+想い！
 ・企画名　・企画効果　・スケジュール
 ・企画背景　・企画内容　・課題
 ・企画の目的　・収支
 一番大切なことは形式より“想い”！



菱谷悟 Hisayoshi Hisayoshi
株式会社ルネサンス代表取締役
1981年に第一フィットネスクラブに入会後、数々の企画開催、トレーニングセミナー、イベント企画等、幅広く活動。現在は、USPFRプログラムアドバイザーとして、マッチングアドバイザーとして活動。現在は、USPFRプログラムアドバイザーとして活動。

※当社では実際に各種イベント・プログラム導入時など必ず企画書を作成しています。



また会いたくなる人、会いたくない人

マネジャー 「古屋さん、その髪型素敵ね。そういうえば美容院でシャンプーして貰うのって気持ちいいわよね。」

古屋 「でも、昨日シャンプーしてくれた人、せっかくリラックスしたいのに自分の話ばかりして。損した気分だったんです。」

マネジャー 「それは残念ね。スタイリストさんはどんな人なの？」

古屋 「そのお店で一番人気の人なんですよ。いつもどんな髪型にしたいのかじっくり話を聞いてくれて、髪を切る間もいろいろ話を聞いてくれるんです。腕もいいし、話してて楽しいし。この3年くらいずっと同じ人に頼んでるんです。」

マネジャー 「へえ。こんど一緒に連れてって。ところで古屋さんは大丈夫？お客様とお話しするとき、シャンプーしてくれた人みたいにならない？楽しい会話をするには、まず相手の方の話を聞くことが重要よ。そして相手の方が「聞きたいことを、聞きたいときに、聞きたい分だけ話せる」ようになれば、会話の達人ね。古屋さんの話はおもしろいけど、自分ばかり話していくはダメよ。」

古屋 「そうなんですね。お客様を笑わすことばかり考えていました。まず相手の方の気持ちを考え、会話の達人を目指します！」



（参考）女性の会話の特徴

「あの人と会って話すと、なぜかいつも元気が出るなあ。また会いたくなる。」といわれる人、逆に「あ 사람은悪い人ではなさそうだし、一生懸命だけど、何となく押し付けがましくて後味が悪いのよねえ」といわれる人。そんな両者にはどのような違いがあるのでしょうか？

NEXT的 ビジネスマナー講座

「自分の話ばかりする人はうぬぼれ屋、人の話ばかりするのは噂好き、相手の話をするのは話し上手」という格言がありますが、メンバー様との会話の中では心掛けたいことの一つです。同じ人間でも日ごとにコンディションが違う相手に対して、その時々で相手の気持ちや状況を察しながら「聞きたいことを、聞きたいときに、聞きたい分だけ話せる」会話の達人は、一言で言えば「場の空気が読める人」です。会話力を磨くためには、まず聞き役に回り「相手と場」を理解することから始めましょう。また会話はインストラクションと同じくライブです。言葉や内容以外にも、話す人の表情やボディランゲージ、声のトーンやボリューム、スピードなど、その人が発するすべてのものが情報となり相手に届きます。例えば、話を聞きながら「へえ、楽しそうですね」と打つ相槌、感動的な体験談も、こちらを見ずに無表情で低くつぶやくように言われると、こちらを見て目を輝かせて笑顔と笑声（少し張った高めの声）、適度で自然なジェスチャーを交えて言われるのでは伝わってくる気持ちが全く変わります。「話を聞かせる」のではなく「話を見せる」のです。良い聞き手となって相手に好かれ、場にふさわしい話題や言葉を探り、相手の気持ちに立って生き生きと話す。そして「また会いたい」と思われる人になります。

黒澤くみこ Kumiko Kurokawa

学習院大学文学部仏文学科卒業後、日産自動車株式会社にミスフェアレディとして入社。新車発表など様々な販売促進活動やVIP対応、教育などの仕事を経历。退職後、恵まれの技術や企画の人才培养、イベントの演出などを手がける。1998年 有限会社シーピー設立。コミュニケーションをテーマとした様々な講座を事業化し現在に至る。フィットネス業界においては20年に亘りスポーツクラブアスリートのスタッフ研修に携わる。生まれも育ちも両国、江戸っ子。



個人事業主のインストラクター・トレーナーのための 矢口得！講座

Vol.2 「業務委託契約」と「雇用契約」、どっちがお得？

「業務委託契約」とは、いわゆる「フリー」の方々がフィットネスクラブなど会社と結んでいる契約のこと。インストラクターがレッスンなどの「業務を遂行する」という契約なので、クラブ側と対等の立場で仕事の依頼を受けるという働き方です。

一方「雇用契約」とは、「社員」や「パート」、「アルバイト」の方々（期間雇用社員）がこの契約にあたります。基本的にはクラブ側から言われる仕事内容を遂行しなければなりません。

「業務委託契約」のメリットは？

「業務委託契約」では、期間や業務委託費（レッスン料）などを個別に契約することになりますので、自分の得意分野に絞って仕事を選ぶことができ、契約されたとおりの仕事を行えば、努力や結果次第で高収入も期待できます。クラブによって査定評価や研修システムなどいろいろありますね。デメリットは、インストラクター自身が独立した個人事業主なので労

働基準法などの保護を受けることができません。つまり社会保険（健康保険、労災保険、雇用保険や各種年金）などの支給がないので自分自身でこれらの社会保険に加入しておかなければならぬのです。最近では、民間保険の中にもこういった保障をカバーした保険が出てきています。

「雇用契約」のメリットは？

「雇用契約」においては労働基準法が適用されますので、年次有給休暇や社会保険などの保護を受けられます。この契約においては、会社は雇用契約者は給料を支払わなければならぬので、その月の売り上げがなかったとしても安定した収入が得られます。デメリットは自分の得意分野でない仕事を任されることがあつたり、努力や結果がそのまま収入に反映しない場合があることです。ただ最近では、専門性を持った雇用契約をとるところもあります。雇用契約を結ぶ場合は、クラブ側と仕事内容

を十分に話し合うことが大切です。

インストラクターとしてスペシャリストを目指し多くの場所で活躍したい場合は、一般的には業務委託契約を選ぶことです。マネジメントも含め多角的

に多方面の能力を開発したい人は、1つのクラブと雇用契約を結んで能力開発していくほうがいいかもしれません。

将来のビジョンに合わせて、自分のキャリアアップにつながる契約形態でしっかりと仕事をしていきましょう。

尾陰由美子 Yumiko Ogake

有限会社アクツスペース企画代表取締役、NPO法人いきいき・のびのび鍛磨づくり協会会長。グループ指導からパーソナル指導まで幅広く活躍している。多くのフィットネスクラブのアドバイザーを務めながら、プログラムの開発、人材育成などにも携わる。特に高齢者やリスク者に対応した運動プログラムを積極的に行っている。



契約の種類	業務委託契約	雇用契約
就業形態	フリーインストラクター パーソナルトレーナー スポーツ指導者など	社員、契約社員 パート、アルバイトなど
業務内容	スペシャリスト（専門性）	ゼネラリスト（運営全般） ※最近は専門職の道もあり
対価	報酬（業務の質と量に比例）	給与（月々一定）+ボーナス
税率（源泉所得税）	原則10%	給与所得の源泉徴収税額表による（年収300万円の場合：収入金額×30%+18万円）
所得税の納税	確定申告（自分で手続き）	年末調整（会社が手続き）
社会保険	保障されない、自分で加入	保障される
休暇・休日	自分で決められる	会社の制度による
研修・資格	自分負担で取る ※最近はクラブが提供する場合もあり	業務に関するものを会社が提供する場合が多い
業務に必要なもの	契約書にない限り支給なし。 自分で購入し経費計上できる。	支給あり。経費計上はできないが、給与収入から一定の控除が出来る。
キャリア	自分で決められる	原則会社に決められる

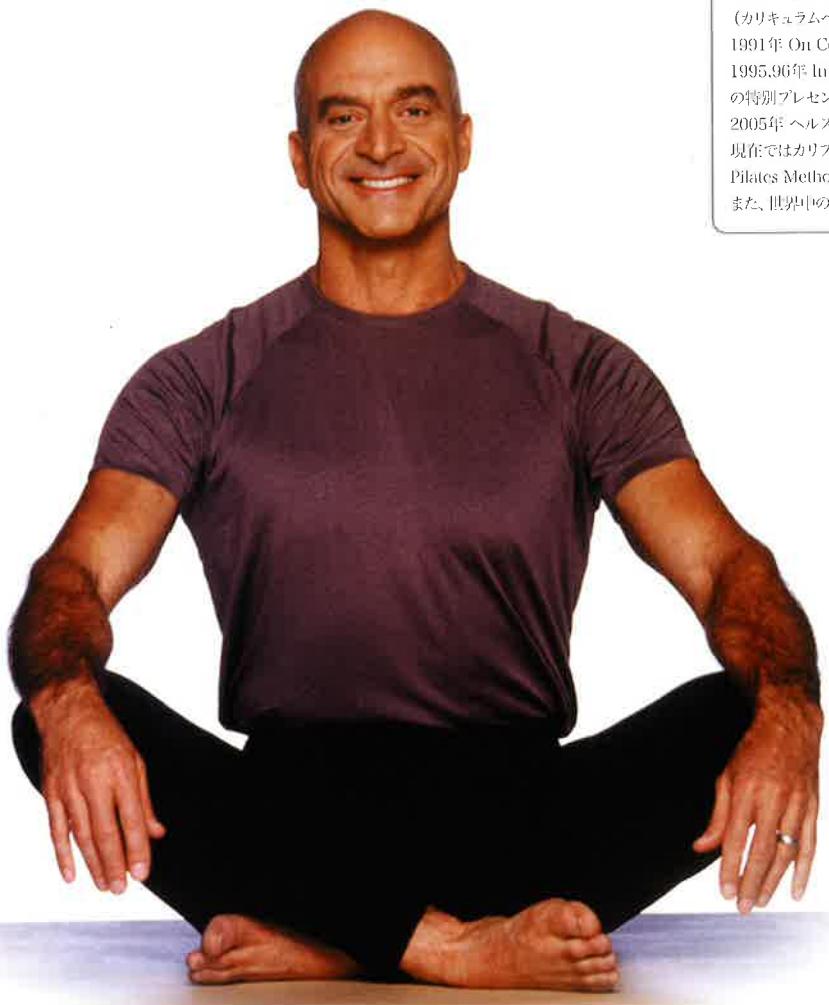


BASI認定ピラティス

機能的で美しいアメリカのBASIピラティスがついに日本上陸

BASIとは

BASI™ (Body Arts and Science International)は、いまや伝説の指導者といわれるラエルイサコウイツツによる30年間にも及ぶ指導経験と研究の成果です。BASIは、アメリカの非営利団体PMA(Pilates Method Alliance)のコーポレートメンバーです。ラエルはPMAの理事を務め、現在でも委員会の議長としてピラティスの普及とピラティスインストラクターの質の向上に団体を通して貢献しています。ラエルの指導するピラティスは、最新の科学を重視し、かつ、美しさを取り込んだものであり、その機能的な美しさは様々なピラティスのスタイルの中でも世界No. 1であるといわれています。現在では、世界のフィットネス先進地である南カリフォルニアに本部を構えて、南カリフォルニアのみならず、全米各地、世界15カ国にわたる世界最大規模のピラティス専門のプログラム提供者であると同時に、業界の基準となる存在となっています。BASI™の特徴は一言で言うと、『動きに無駄を作らないFlow Work』と『機能美を細部にまで追求するスタイル』です。

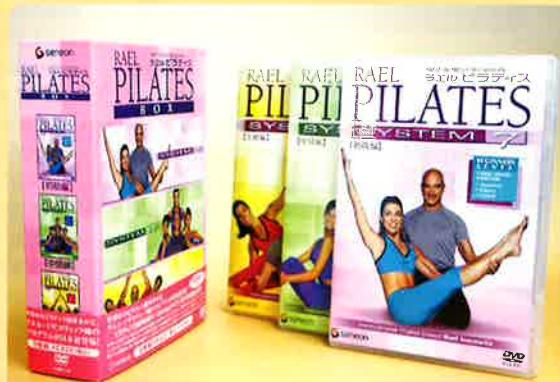


BASI創設者ラエルイサコウイツツの歴史

Joseph Pilatesの一番弟子キャシーグラントに師事。
1986年 ダンスの修士号(MA)を取得
1989年 BASIピラティスインストラクター養成コースをはじめる。
(カリキュラムベースの)コースとして世界でもっとも早くから始めたコースのひとつ)
1991年 Out Center Conditioningスタジオ開設
1995,96年 International Association of Dance Medicine and Science
の特別プレセンターとしてイスラエルやカリフォルニア大学で講演
2005年 ヘルスマガジン社が選ぶベストピラティス製品にBASIのDVDが選ばれる
現在ではカリフォルニア大学ロングビーチ校やアーバイン校で講師、
Pilates Method Alliance(PMA)の委員会の議長、
また、世界中のピラティス、ダンス、フィットネスの講演会のプレゼンターを務めている

インストラクター養成コース

www.basipilates.jp www.basipilates.com



BASIのピラティスDVDは2005年のアメリカHealth Magazine社が選ぶベストDVDに選ばれました。

まずは体験してみてください。

●養成コース説明会(無料)

8月6日(日) 17:30~19:00 / 8月8日(火) 14:00~15:30 / 8月12日(土) 17:30~19:00



養成コーススケジュール(目黒)

期間	2006年 9月～12月	2007年 1月～5月
時間	土曜日または日曜日	13:00～20:00
料金	Mat Work 288,750円	
	Comprehensive 755,000円	
分割支払可能		
場所	東京都 中目黒 (渋谷駅、中目黒駅、池尻大橋駅から徒歩、バスで アクセス可能)	
講師	Yae Tatebe (BASI Faculty Instructor)	
資格	BASI認定 Mat Workインストラクター	
	あるいはBASI認定 Comprehensive インストラクター	
応募	電話またはE-mailにて	

養成コーススケジュール(南浦和)

期間	2006年10月～12月
時間	土曜日または日曜日 13:00～20:00
料金	Mat Work 288,750円
分割支払可能	
場所	埼玉県 南浦和 (南浦和駅から徒歩4分)
講師	Yae Tatebe (BASI Faculty Instructor)
資格	BASI認定 Mat Workインストラクター
応募	電話またはE-mailにて

Body Arts and Science International Japan 養成コース事務局 担当:尾崎

〒153-0042 東京都目黒区青葉台2-20-14 青和ビル3F

TEL:03-5722-4161 E-mail:certification@basipilates.jp

パーソナルトレーナーへの道

連載3 「パーソナルトレーナーに必要な資質とは?」

パーソナルトレーナーとして必要な資質とは何でしょうか?私の経験や意見だけではなく、他の売れっ子トレーナーの意見も加味して考えてみました。

①専門家 クライアントに月会費以外にも別料金をいたたく試ですから、相応のサービスや情報、指導力が要求されます。また、その情報や知識に、トレーナー自身の意見や経験が加味された“知恵”を持っていないと、他人の持っている情報や知識とは差別化できません。知識人よりも知恵人としての資質が問われると言えます。知恵人の能力を強化したい方は、Q&A形式の本を読むことをお薦めします。

②ビジネスマン ビジネスマントとして要求されることとは、三つあります。一つめは、説明能力です。クライアントがゴールを達成するための方法や、姿勢の歪みなどを分かりやすく説明します。二つめは、提案する能力です。出来るだけ焦点を絞り、過去の経験などを基に改善方法を提案し、『私にお任せください』と自分をアピールします。三つ目は、クライアントのセッション頻度を管理する能力です。クライアントの予算や自身のスケジュールを考慮しながら、お勧めのパターンを3つ位用意しておきましょう。

③カウンセラー 売れているパーソナルトレーナー

ほど、クライアントから情報を収集する能力に長けています。今後、資格や経験をバックボーンにして活動をしようと考えている人には一番苦手な分野かもしれません。話し上手も重要ですが、“話させ上手、聞き上手、のせ上手”この三つが重要です。特にペーストレッヂをしている間は、情報収集にもつてこいの時間ですから、有効に活用しましょう。

④コメディアン この資質については、ベストコンディションの窪田さんは「大道芸人」と言い、ウエルネススポーツの齊藤さんは「チアリーダー」と言っています。その意味は、クライアントを喜ばせたり応援する気持ちと、奉仕の気持ちを持つことだと思います。この分野に長けていると感じるには、エアロビクスインストラクターです。コスプレをしてクリスマスなどにレッスンをしているのを見ると、本当に活きています。感動の共有が出来ている非常に良い例ではないでしょうか。

パーソナルトレーナーの養成コースを担当していると『先生、パーソナルトレーニングのマニュアルをください』と言われる事が多々あります。しかし、一人として同じ人などいないですし、その個性を把握し個性に適した内容を提案するのがパーソナルトレーニングです。そのため『マニュアル化できな

いのがパーソナルなんですよ』という答えになってしまいます。やはりその人にあった臨機応変な対応、これがパーソナルトレーニングの唯一絶対なマニュアルなのかもしれませんね。上記の資質を磨けばきっと自分マニュアルが出来るはずです。

本日の確認事項

フィットネスクラブにおけるパーソナルトレーニングには、パーソナルトレーナーとして必要な知識や技術以外に、クライアントに心地よい時間を提供するという心構えやサービス精神が大切です。なかなかマニュアル化が難しい専門職ですが、マニュアル化化するのはトレーナー自身なのです。



大久保進哉 Shinya Okubo
有限会社ティーコンディション所属 主任
FNCマスターインストラクター フィットネスクラブ
社員として10年間活動後、現在(有)ティーコンディションスタッフとしてパーソナルトレーナー養成コース、またFNCセミナー講師として活動中。その他の、有志団体のフィットネス研究会会長を務める。運動指導者の社会的地位向上と社会貢献を目指し、幕後中、東京体育専門学校、東京健康科学専門学校、東京療育学院各非常勤講師。
www.t-condition.co.jp/
ookubo@t-condition.co.jp



さあ、あなたもチャレンジしてみよう! 今回のネタ「マリオネット」

① 立位で気をつけ!の状態から、軽くジャンプをして脚を開く動作と頭上げで手をたたく動作を同時に。これを10回ほど繰り返します。エアロビクスの「ジャンピングジャック」に似た動作であり、腕と脚を同じタイミングで開閉させるので、ほとんどの人は間違えません。(専門用語を使うと、肩関節と股関節の内転、外転を同時に使うことになりますね!)



①



②



② 立位で気をつけ!の状態から、軽くジャンプをして脚を開く動作と頭上げで手をたたく動作を同時に。これを10回ほど繰り返します。エアロビクスの「ジャンピングジャック」に似た動作であり、腕と脚を同じタイミングで開閉させるので、ほとんどの人は間違えません。(専門用語を使うと、肩関節と股関節の内転、外転を同時に使うことになりますね!)

③ さらに、腕を3拍子、脚を2拍子で動かしてみましょう。腕は、「上下下、上下下、……」という順番、リズムで動かします。脚は「開閉、開閉、……」という順番、リズムで動かします。「1、2、3、2、2、3、2、3、……」と声に出して繰り返し、可能であれば10回くらい続けてみましょう。腕が奇数の3拍子、脚が偶数の2拍子であるので、半数以上の人が上手くできないでしょう(笑)。最初から間違えないで出来る人は1割程度かもしれません。

バリエーションとして、腕を、「上上下、上上下、……」という順番、リズムで動かし、脚は「開閉、開閉、……」という順番、リズムで動かすパターンもあるので、そちらも試してみてください!

カウンセリングを制する者はパーソナルトレーニングを制す!

モチベーショナルコーチング力(MC力)診断

最近は、社会人経験も豊富で、異業種でのキャリアの積んだ方々が、転職という形でパーソナルトレーナーやフィットネストラクターを目指されるケースが多く見受けられます。人生経験も豊富な方がパーソナルトレーナーとして活躍されることは、層の厚さや、全体の活性化にもつながりますので、大変喜ばしいことだと感じています。私は、パーソナルトレーナーを職業的として考えた場合必要となる要素は、①知識・技術という専門性=専門職
②営業力・営業センス=営業職 ③サービスマインド&スキル=接客業

この3つの要素が最も重要なと考えています。また、この3つの要素の絶妙なバランスのうえに、顧客開拓や売り上げ目標の達成が成し遂げられていくと考えています。それでは、これからパーソナルトレーナーを目指す皆さんが最も必要としている要素はなんでしょう。

今の自分に近いと思うものを選んでみましょう。

今の自分に近いと思うものを選んでみましょう。

A.学校では、専門的に運動や栄養について学んで來たし、運動することも得意。

でもスポーツクラブで働いたことも無いし、サービス業の経験も無い。同年代とは良く話をするけれど、目上の人と接する時の言葉遣いやマナーにちょっと自信が無い。

B.社会人経験があり、営業職・サービス業の経験もあるので人と接することも得意。

接客には自信がある。ここ数年間のジム通いで体力にも自信があり、運動や栄養についても本で学んで知識もついて来たと思う。自分自身の体が変化した経験をパーソナルトレーナーとして一人でも多くの人に伝えたい。

C.これまでフィットネストラクターとして、経験を積んで來たし、アドバイスは得意。色々な資格取得にも積極的にチャレンジしている。レッスン前後のアドバイスならいくらでも出来るけれどレッスンという枠を越えて1対1でしかも有料でサービスを提供した経験が無い。でもパーソナルトレーナーとして新しいキャリアを積みたい。



上月 篠子 Atsuko Kozuki

株式会社ボディーム一ズ代表取締役。インストラクター育成・研修、ティーチインストラクターをはじめフィットネスクラブでの企画運営に携わるアドバイザー、スーパーバイザー等を数ヶ所のクラブで経験し、14年前に独立。「モチベーショナルコーチング」をテーマに「フィットネスネスモチベーター」等各種研修も企画運営。コナミスクールパーソナルトレーナー講師陣。

診断結果はコチラ

Aタイプ（サービスマインド&スキルを磨きましょう）

とかく自分自身が運動好きな人は、一般的に運動嫌いや苦手という人の心理が理解出来なかっただけです。高いお金を支払って頂き指導というサービスを提供するのがパーソナルトレーナーですから、ジムトレーナーや接客業の仕事を経験し、お客様の目的で受け答えが出来るようサービススキルを磨きましょう。

Bタイプ（専門的知識を磨きましょう）

社会人経験や運動経験があつても、専門知識をバランス良く学んで行くことは、とても大切なことです。パーソナルトレーナーとして活動する上で有利になる資格取得を目指して学ぶのも良いですし、ご自分あつたスクールを探して理論を基本から学ぶのも良いかもしれませんね。これまでのキャリアに加え理論武装が出来ればバランス度100%！

Cタイプ（営業力を磨きましょう）

フィットネス業界での仕事の経験が豊富=パーソナルトレーナーとしての成功とは限りません。レッスンとパーソナル活動とのバランス配分・料金設定・提供アイテム・必要なスキル等をリストアップして、売り上げ目標・期間の設定等具体的にしてみてはどうでしょうか？レッスン～パーソナルへ説導する方法もありますが、全く別の仕事としてとらえ、顧客開拓～契約～顧客の固定化～新規顧客等の一連の営業のプロセスを踏まえた活動をすることも必要です。

JAF AQUA

- 道具に頼らない
 - 参加者にも自分自身にも安全配慮ができる
 - グループエクササイズ指導ができる
- そのようなアクアエクササイズ指導者を資格認定するJAFA AQUA。

次の4つの資格にチャレンジしてみませんか!?

AQWI: 水中ウォーキング指導者資格

AQBI: アクアピクス指導者資格

AQI: アクアエクササイズ指導者資格
(AQWI、AQBIの両資格合格により取得)

AQT: AQWI・AQBIの認定試験官

(受験条件はAQIを取得したJAFA会員です。)

平成18年度 教習ワークショップ・資格認定テストスケジュール

資格	開催地	ワークショップ	認定テスト	会 場	予約受付開始
AQWI	札幌	9月23日(土)	9月24日(日)	札幌YMCA国際ビジネス・社会体育専門学校(北海道札幌市)	受付中
	東京	9月 5日(火)	9月 6日(水)	リバブルスクエア南町田(東京都町田市)	受付中
	名古屋	10月 8日(日)	10月 9日(月)	愛鉄連厚生年金基金會館(愛知県名古屋市)	9月1日(火)
	大阪	8月 5日(土)	8月 6日(日)	大阪聖徳学園社会体育専門学校(大阪府大阪市)	受付中
	福岡	7月31日(月)	8月 1日(火)	福岡リゾート&スポーツ専門学校(福岡県福岡市)	受付終了
	札幌	11月 3日(金)	11月 4日(土)	吉田学園社会体育専門学校 スポーツプラザ i(北海道札幌市)	9月12日(火)
	東京	10月15日(日)	10月16日(月)	リバブルスクエア南町田(東京都町田市)	8月 3日(木)
AQBI	名古屋	3月20日(火)	3月21日(水)	愛鉄連厚生年金基金會館(愛知県名古屋市)	1月16日(火)
	大阪	8月19日(土)	8月20日(日)	大阪聖徳学園社会体育専門学校(大阪府大阪市)	受付中
	福岡	8月28日(月)	8月29日(火)	福岡リゾート&スポーツ専門学校(福岡県福岡市)	受付中
AQT	東京	10月28日(土)～	10月30日(月)	リバブルスクエア南町田(東京都町田市)	7月25日(火)



パンフレットはJAFAホームページからダウンロードなさるか、電話でご請求ください。
(社)日本エアロビックフィットネス協会 URL: www.jafa-net.or.jp TEL:03-3818-6939

横浜：9月10日(Sun)・11(Mon) Place: 横浜スポーツ医科学センター

Fitness Carnival 2006

エアロビクスからマットサイエンス、PFAヨガ・ピラテスなど内容盛り沢山!
またピラテス、タイチー、ノルディックウォーキングなど
体験レッスンは一般の方もお楽しみ頂けます。

[講師、内容は変更になることもあります]

9/10		9/11	
アリーナ1	アリーナ2	大研究室	中研究室
11:00 12:30 船石 康子	エアロ 初心者、 初級クラス 長谷川 留美	★PFA 体験 ピラテス 片山 美代子	11:00～12:00 小室 漢子 ★体験 ノルディックウォーキング
13:00 14:30 鶴谷 里子	マット サイエンス 鶴谷 里子	PFA ピラテス 相原 和子	13:00～14:00 野口 由美子 フィットネスフラダンス 14:00～14:45 ★体験 フィットネスフラダンス
15:00 16:30 鈴木しげこ	エアロ music エッセンシャル 下村 小幸	PFA ヨガ 入江 かほる	15:00～16:00 長林 みどり フィットネスタイチー 16:00～16:45 ★体験 フィットネスタイチー
			ラテン エアロ 金子 智惠
			エアロ ネタもの 中田 成裕
			PFA ヨガ 水野 博美
			★ Event Style Workshop 各講師隊によるリレーレッスン
			マット サイエンス 秋野 典子
			キック ボクシング 富永 典子
			マット サイエンス with ボール 除村 元子
			15:00～16:00 重田 あづさ マットサイエンス with ボール 16:00～16:45 ★体験 マットサイエンス with ボール

お問い合わせは:スマイルセンター ☎ 0120-13-9680 E-Mail member@smile-fitness.com HP <http://www.smile-fitness.com>

パーソナルトレーナーの7つ道具【第一弾】

姿勢・体の歪みの測定＆矯正エクササイズシステム「FitPrint®」

パーソナルトレーナーは会員の「カラダの歪み」を把握することから始まります。

フィットプリントは、写真をとるだけでスピーディーかつシンプルに精度の高い体の歪みを数値化します。

STEP 1

マークの貼り付け



STEP 2

デジタルカメラで撮影



STEP 3

画像をパソコンに取り込み解析



各部位・筋肉へのアドバイス



STEP 4

姿勢測定レポート



STEP 5 解析データを元にコンサルティング



(株)ボディムーブズ上月先生もオススメ



しなやかな身のこなし・きびきびとした動作・すっと伸びた背筋・颯爽とした歩き方等、動作の美しさを表現する言葉は、たくさんありますが、言い換えれば、これらの表現は、人間の持つ機能美を表現した言葉とも言えます。そして、その機能美の基盤となるのが普段何気なく取っている「姿勢」です。

アンバランスな姿勢には「歪み・不均衡」生じ、理想的な「姿勢」には、機能美が備わると言っても過言ではないと思います。

フィットプリントは、画期的な技術を使用して姿勢を分析する、学術的理論に基づいた画期的な姿勢評価システムです。

問題点の発見と改善策までのシステムが、確立されていることにより誰でも迷うことなく理想的な美しい姿勢を獲得とすることが出来ます。

この素晴らしいシステムを1人でも多くのパーソナルトレーナーに体験して頂きたいと思っています。



私たち「姿勢力」をキーワードに健康と美容に貢献します。
<http://www.shiseiryoku.jp/>

株式会社サードプレイス

〒104-0045 東京都中央区築地4-1-12ビュロ一銀座ビル3F
TEL.03-3546-8383 FAX.03-3546-8384
〒564-0053 大阪府吹田市江の木町1-24紙谷第3ビル2F
TEL.06-6384-8095 FAX.06-6384-0303

体験デモも実施しております。

より詳しい情報は <http://biotonix.jp>
お問い合わせは info@biotonix.jp

望月美佐緒

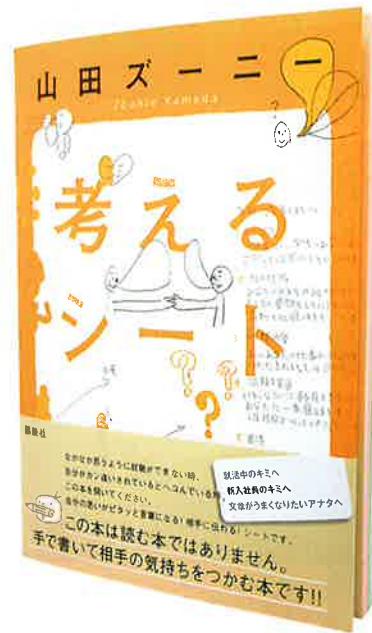
やる気と元気が出るライブラリー

今回のテーマ「思考力」です！

『考えるシート』 山田ズーニー著 講談社 本体1,300円+税

単 に「振りを覚えて踊る…」という事だけがインストラクターの仕事だった時代は、とっくに終わりを告げ、今皆さんの前には、様々な仕事のチャンスが広がっています！そして、そのような時代に求められるのが、様々な事(例えば、「将来どのようになりたいか?」「依頼された仕事をどのような順番でどのように仕上げていけばよいか?」「誰にいつ何処でこの仕事の企画を伝えるべきか?」etc)を、きちんとと考え、それを人にも伝えていく能力です。

でも、考えると頭が混乱して上手く整理できない、自分の思いや考えを人に伝えるのは苦手、自分の思いを文章にするのはもっと苦手と感じている方も意外に多いのではないでしょうか？ 実は、わたしもそうでした。でもプレゼンや文章を書くと言う行為は、「きちんと考える」ということが出来ていないと、上手くいかないという事がこの本を読んで分かりました。でも本は嬉しい！本はいくら読んでも良く理解できないと言う方もいるかも。ご安心ください。なぜなら、この本は、「本であって本でなく」まさにタイトル通り「考えるシート」だからです。自分の気持ちを誰かに伝えたいのに気持ちや考えを上手く整理出来ない時や、自分の事が良く分からなくなったりする時は、鉛筆を持ち、シートに書きこみながら、この本を読み進んでみてください。きっと自分の考えが整理され、すっきりした自分と会えるはずです。思考力を高めるための入門書として、是非手元に置いておいてほしい1冊です。



『問題解決プロフェッショナル～思考と技術～』

齋藤嘉則著 ダイヤモンド社
本体2,330円+税

本書は、様々な問題を解決するための考え方と解決のための具体的な技術を教えてくれる本です。トレーニングで効果を出すには、自己流でなく正しい方法できちんとトレーニングをすることが大切なよう、目の前に転がっている問題を解決する場合も、正しい解決方法を知り、その方法できちんと取組む事で結果が出やすくなります。思いきりビジネスライクな本ですが、後半は、身近な事例を通じて、この考え方と技術を如何に使うかという実践例も記載されていますので、結構興味深く読んで頂けるはずです。



『気づく力』

畠村洋太郎 ほか著 プレジデント社
本体952円+税

カルロス・ゴーン氏や大前研一氏など各界の著名人の考え方とまとめているお得な1冊。「考えるのが面倒くさいのは何故か?」「迷っている時は動く事で脳が活性化する」など非常に興味深い内容が、それぞれの著者の経験から分かりやすく書かれています。また、考えて行動するには、最初は非常に疲れるものの、習慣化され経験を積むとスピードも速くなり、躊躇や迷いからも開放されるという件からは、「考えるこどもトレーニング」と全く同じ原理なんだ」と言う事を教わりました。皆さん頑張りましょう！



望月美佐緒 Misao Mochizuki

株式会社ルネサンス 執行役員 ソフト開発部部長。全国にスポーツクラブを展開するルネサンスの品質管理部長としてスポーツクラブの商品の管理、人材育成及びプログラム開発を手がける傍ら、インストラクターとしてレッスンも担当し、国内外のフィットネスコンベンションでもプレゼンターとして活躍。生理学専門認定コーチ、厚生労働省認定産業カウンセラー、SPEEDOアクアアドバイザー。

エココンセイシヨーニング
酒井・リズ・智子の
3

私が、最近診ている選手が全員海外で挑戦している日本人選手であることに気がつきました。みなさん日本国内ではトップクラスのアスリートですが、そういう日本レベルとか海外レベルとあってあるのかな？と今更ながら考えました。というわけで今回は「海外レベルのコンディショニング・トレーニングって？」という視点からリポートいたします。

7月にはNBAのサマーリーグが始まります。私はある日本人バスケットボールプレイヤーに帯同し、選手選抜のためのキャンプトレーニングをNYで行ってきました。初日、コートでは欧洲No.1のポイントガードやらクロアチアのパワーフォワードやら、すごい大男たちが“これみよがし”に、でも“ちんたら”とシューティングをしているではありませんか。それが約1時間続き、これまた遅れてやってきたコーチが、コートの中で基本中の基本の技術練習を2~3やらせて、はい、終了。「ええっ！？」と驚いた私と選手でしたが、きっと初日だから軽くしたんだろうと信じてその日は退散。しかし翌日も翌日も、ちんたらシューティングと軽い基本練習のメニューはかわらず。選手たちも特に別メニュー個人トレーニングをすることなく毎日が過ぎていきました。さすがに「????？」と疑問と不満と不安でいっぱいになった私と日本人選手。彼は毎日ちゃんとトレーニングをして質の高いコート練習をこなさないと満足しないいまじめな選手だけに、きっと私以上に不安がこみ上げたことだと思います。さすがに「俺は俺でやるから、リズメニュー組んで。」と言いました。現地のコーチたちが組んでくれるであろうすばらしいメニューを期待していた私でしたが、トレーニングからバスケの細かい動きの練習まで、全てを見なければならないくなってしまいました。もう3日後には、NBA14チームのスカウトが選手たちを吟味しにやってくるというのに。とりあえず彼のもち味である“アジャリティ（巧敏性）、クイックネス（俊敏性）とスピード”だけでも当日アピールできるようにと即効性のある局部トレーニングをアレンジしました。そして当日、オフシーズンを過ごしてきて、いきなり120%の動きでアピールしなければならない瞬間です。まだ怪我が完治していない左足首をまた痛めないかとドキドキして見守っていたところ、なんと彼は見事に持ち味を披露し、でかくてすごいと言われてきた選手たちとほぼ互角、いやむしろ動きの速さと瞬間判断力ではかなり優位であるところをアピールしたプレーをしてくれました。終わって戻ってきた彼の表情は前日とは打って変わってそれまで

の不安がふっきれたようなさっぱりとしたものでした。怪我の治療からリハビリ、完治してからの体力アップトレーニングを日本でこつこつしてきたものの、NBAレベルのコート練習もご無沙汰だっただけに彼には正直、突然120%の能力を今出せといわれても無理だという不安があったのだと思います。しかしながら、左足に二度と同じ負担がかからないよう、身体の使い方を細かく細かく指導しトレーニングした甲斐あってか、彼の身体はちゃんと学んでいたようです。彼自身も驚くほど俊敏に動けたと喜んでいました。今はまだNBAのサマーリーグに召集されたわけではないですが、私は表現できないほど嬉しいと感じました。

ここで私が何を学んだか。日本レベルとか海外レベルとか考えるのは間違いということ。確かに海外には天才と呼ばれるすごい選手の人口が多いことは否定できません。でも日本だろうがエルトリコだろうが、一流といわれる選手にはどの人種でも共通する点があります。それは、自分に備わっている身体能力を100%に近いところで出せること。私は彼に対して、日本流だとNBAレベルとかのトレーニングをさせたことはありません。ただ彼の身長・骨格・身体能力で許容できる彼の才能を100%おしなぎなく開花させることだけを考えトレーニングしてきました。他のスポーツの選手たちにも、それぞれの身体的特徴がそのままに活かせるようにトレーニングしています。皆海外にいけば小柄ですが、すごい大男に混ざりながらも十分活躍しています。パワフルな身体ももちろん意識していると思いますが、重要なことは身体を外人選手並みに大きく強くすることではなく、それぞれのスポーツ特性の動きが完璧にできたり、それぞれの選手の持ち味を十分生かせる身体を作ること。それが一番大事で忘れてはならないポイントなんだとしみじみ思いました。



酒井・リズ・智子 Liz Tomoko Sakai

東京国際医療・医学博士、アスレチックトレーナーの資格を持ち、5ヶ国語を操る顔麗女子。トータルコンディショニングコーディネーター。日本における一般の選手からトップアスリートまでコンディショニングやトレーニング指導に従事する。現在、日本全国にかけて医師や歯科医、インストラクターへの講演活動や大会でも講義を受持つなど幅広く活躍中。

アルゼンチン発インターナショナルサーティフィケートプログラム
ラディカル フィットネス
認定コース受付中



produce



ラディカルフィットネスディレクターの
ナザニエル・ガブリエラ / ウィセスは
日本でもその名を広く知られ、
彼らのプログラムは世界中で支持されています。

solution

〈クラブの課題〉 ►►► 〈ラディカルフィットネス〉

- | | |
|------------|----------------|
| ◆ 人材確保 | ◇ トレーナーの短期養成 |
| ◆ 法的リスクヘッジ | ◇ 音楽著作権の保護 |
| ◆ 品質管理の手間 | ◇ 継続した品質管理 |
| ◆ 開発コスト | ◇ 年4回のバージョンアップ |

lineup



ファイトドウ
FIGHT DO

マーシャルアーツ、キックボクシング、ムエタイなど
格闘技系コリオグラフィーで構成されています。
シンプルでダイナミックな動きが特徴の
エキサイティングエクササイズに仕上げています。



パワーフィット
POWER FIT

バーベルとステップを使用する
筋コンディショニング系プログラムです。
ハイ&ロー、アジリティなどの組合せによりトータルな
コンディショニングエクササイズに仕上げています。



リトミクス
RITMIX new program

12曲の音楽に合わせたダンス系プログラムです。
各種ダンス（ヒップホップ、ラテン、ダンス、
ファンク、アラビアン、レゲトンなど）により構成され
シンプルで楽しいリズムが盛りだくさんのプログラムです。
※個人認定有 / レッスンにはクラブ契約が必要です。

master trainer



丸山寛
FD & PF マスタートレーナー



伊藤 まどか
FD & PF マスタートレーナー



竹ヶ原 佳苗
RM マスタートレーナー

ラディカルフィットネスに関するお問合せ

株式会社プレシジョン ジャパン **TEL:03-3269-0954**

〒162-0801 東京都新宿区山吹町 335

rfj@precision-japan.co.jp <http://www.radicalfitness.net>



NEXT FOL Fitness Online キャリアアップ情報

■ 検索サイトから

フィットネスオンライン

検索

情報内容がひと目でわかる「タグ」をCheck!

- 緑のタグは 養成コース、資格認定、ワークショップ
- 青のタグは 求人情報、オーディション情報

JOB INDEX

今回の特集は

夏のアクア・スイミング特集



*養成コース情報

P23~24 Body Arts and Science International Japan

P31 エクステンションクラブ

P29 財団法人体力づくり指導協会

P02 株式会社ティップネス

P30 ティー・コンディション FNC研究所

P32 東急スポーツシステム株式会社

P32 株式会社東急スポーツオアシス

P29 日本フィットネスヨガ協会

P30 日本ホリスティックコンディショニング協会

P17 株式会社ハースコーポレーション

P30 プロジェクト オン

P30 フィクスド・コンディション

*求人情報

夏のアクア・スイミング特集

P39 株式会社アピアスポーツクラブ

P37 株式会社ゲオフロンティア

P42 コナミスポーツクラブ船堀

P40 常盤興業株式会社 スパリゾートハワイアンズ

P35 タラサ志摩スパ&リゾート株式会社

P03 株式会社ティップネス

P38 広尾俱楽部

P39 株式会社福井スイミングセンター

P38 株式会社ルネサンス

P42 リバティヒル

P34 Body Arts and Science International Japan

P35 Curara(クララ)

P42 KPF株式会社 EAST WEST FITNESS

P42 TSUKUBA BODY&SOUL STUDIO

P36 くらし整形外科クリニック

P41 株式会社スポーツスタイル

P41 スポーツフレックス・ジャパン株式会社

P40 株式会社総合体力研究所

P34 ヘルスコンサルティング株式会社

P31 ホットウェーブヨガスタジオ LHASA(ラサ)

P33 松下電工株式会社

P32 株式会社東急スポーツオアシス

P43 株式会社ワークアウトワールド・ジャパン

パソコンからもケータイからも
仕事が探せる! 応募もできる!

www.fitnessjob.jp



*養成コース情報 (神奈川)

高齢者体力づくり支援士 第8回開催 <http://www.sien.gr.jp/> 第8期マスタークラス・第5期ドクターコース



目標
高齢者指導のスペシャリスト

高齢者体力づくり支援士とは

高齢者の健康づくりについて運動を通じて専門的にサポートする指導者や高齢者の福祉に携わる方々の実力を証明する資格です。

資格検定講習会 2006年11月3日(祝)~7日(火)

会場:横浜市スポーツ医科学センター他

神奈川県横浜市港北区小机町3302-5
日産スタジアム内

お申し込み・お問い合わせ先

高齢者体力づくり支援士事務局

03-5304-8779

平日9:30~17:00 ※土日祝は終日受付不可

詳細はウェブサイトで
www.sien.gr.jp

厚生労働省所管

財団法人 体力づくり指導協会

〒151-0061 東京都渋谷区初台1-47-1 小田急西新宿ビル

マスタークラス

ドクターコース

受講料

受講料

資格検定料

資格検定料

テキスト代

テキスト代

登録料別途 31,000円

登録料別途 10,000円

受講者募集 9月4日(月)受付開始

*養成コース情報 (東京 全国)



日本フィットネスヨガ協会 インストラクター養成コース

基礎コース

ヨガの知識・技術がわかりやすく解説され、確実に身につくシステムです。

- 週4コース（水・木・金・土）同時に開催のため、振り替えが可能
- コースの延長も可能
- 期間中、当スタジオの一般コースの参加が可能

期間：3ヶ月間

時間：水…10:20~12:30 木…19:00~21:10

金…13:50~16:00 土…10:50~13:00

料金：160,000円（テキスト代込み）

会場：協会本部（JR「目黒」駅徒歩2分）

基礎コース終了後、実践コース、上級コースとステップアップをすることが可能です

短期集中コース

2ヵ月間という短期間で、インストラクターとして必要なノウハウをわかりやすく指導いたします。

料金：140,000円（テキスト代込み）

開催地区・日程等、詳細はお問い合わせください

認定インストラクターのメリット

- ヨガの知識はもちろん医療知識、指導力、コミュニケーション力 etc. が身につきます。補講、再試験制度があるので、初心者でも安心！
- 月曜約3000クラスを担当しているので（自社・外部含め）、あなたの時間・場所に合ったお仕事を斡旋いたします。（代行の手配も協会が行ないます。）
- 施設との報酬や条件交渉はすべて協会が行うので、レッスンに集中できます。

日本フィットネスヨガ協会

〒141-0021 東京都品川区上大崎2-13-32 富田ビル505

TEL 03-3440-3415

http://www.yoga.co.jp



フィットネスヨガ協会は、インドやアメリカのヨガの普及に努めてまいりました。
「最も多くの実行がある」プログラムを
通じて一緒に世界中のヨガを広めさせていただけませんか？

確かな技術と知識 ここにはあなたの目指す未来があります

Calendar

2006.8～11月

August						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5 ①②体験
6 ⑬	7 ⑭	8	9	10	11	12 ⑮
13 ⑯	14	15	16	17	18	19 ⑰
20 ⑱	21 ⑲	22 ⑳体験	23	24	25	26 ⑳⑳⑳
27 ⑳⑳⑳	28 ⑳	29	30	31 ⑳		

September						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					1	2 ①②
3 ⑩⑪	4 ⑫	5	6	7	8 ③	9 ⑩
10 ④⑩⑪	11	12	13	14	15 ⑩⑫	16 ⑦⑧⑨
17 ⑩⑪⑫	18 ⑬⑭	19 ⑯	20	21 ⑰体験	22	23
24 ⑤	25	26	27	28	29	30 ⑩⑪

October						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1 ⑩	2 ⑧	3 ⑧	4	5	6	7
8 ⑩	9	10	11	12	13	14 ⑩
15 ⑩⑪	16	17	18	19	20	21
22 ⑩	23	24	25	26	27	28 ⑪⑫
29 ⑩⑪⑫	30	31 ⑩				

November						
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2	3	4 ⑩
5 ⑩	6 ⑧	7 ⑧	8	9	10 ⑩⑫	11
12 ⑩⑪	13	14	15 ⑩	16	17	18 ⑩
19 ⑩⑪	20 ⑪⑫	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30 ⑩		

NPO法人 日本ホリスティックコンディショニング協会

東京開催

- ①JHCAセミナー アドバンスコース 「8月5日・19日・26日 9月2日」
- ②JHCAアカデミーBasic・Advanceコース 「毎週 水曜日・金曜日開催」
- ③JHCA-FC試験対策セミナー 「9月8日」
- ④JHCA-HC認定試験 「9月10日」
- ⑤JHCA-FC認定試験 「9月24日」

大阪開催

- ⑥JHCA-FC対策セミナー 「8月27日・31日」
- ⑦JHCA-FC認定試験 「9月16日」
- ⑧JHCAセミナーBasicコース 「10月2日・3日 11月6日・7日」

▶▶▶ <http://www.j-holistic.org/>

株式会社 プロジェクト・オン

岡山開催

- ⑨フジカルコンディショナー養成講習会 事前体験会 「8月5日」
- ⑩フジカルコンディショナー養成講習会 (JHCA資格認定講習会) 「9月9日・10日 10月14日・15日 11月4日・5日・11日・12日」

大分開催

- ⑪フジカルコンディショナー養成講習会 (JHCA資格認定講習会) 「8月26日・27日 9月16日・17日 10月28日・29日 11月19日・20日」

有限会社 ティー・コンディション

東京開催

- ⑫FNCアカデミー無料体験会 「8月22日 9月21日」
- ⑬FNCストレッチセミナー 「8月6日・7日 9月3日」
- ⑭FNCレジスタンスセミナー 「8月20日・21日 9月10日」
- ⑮FNCバランスセミナー 「8月27日・28日 9月17日」
- ⑯FNCプログラミング 「9月18日」
- ⑰FNC認定試験 「9月19日」
- ⑱FNCバーソナルトレーナー養成講習会 体験会 「8月27日」
- ⑲FNCバーソナルトレーナー養成講習会 (FNC資格認定講習会) 「9月15日・30日 10月15日・31日 11月15日・30日 12月15日 1月15日」

福岡開催

- ⑳フジカルコンディショナー養成講習会 (JHCA資格認定講習会) 「8月12日・13日・26日・27日 9月16日・17日・30日 10月1日」

▶▶▶ <http://www.t-condition.co.jp/>

有限会社 フィクスド・コンディション

東京開催

- ㉑FNC水中バーソナルトレーナー養成講習会 (FNC資格認定講習会) 「9月2日・4日・16日・17日 10月28日・29日 11月10日・11日・12日」
- ㉒水泳プライベートスイム 「9月3日・15日・18日 10月8日・29日」
- ㉓FNC水中バーソナルトレーナー養成講習会 体験会 「10月22日」
- ㉔FNC水中バーソナルトレーナー養成講習会 (FNC資格認定講習会) 「11月18日・19日・20日 12月17日・18日 1月14日・15日 2月18日・19日」

●大分開催予定 ●福井開催予定 ※詳細は下記までお問い合わせください

▶▶▶ <http://www.fixed.co.jp/>

NPO法人日本ホリスティックコンディショニング協会

〒105-0014
東京都港区芝3-3-10 芝園オーシャンビル7F (JHCA)
TEL : 03-5730-6081 info@j-holistic.org
URL : <http://www.j-holistic.org/>

有限会社 フィクスド・コンディション

〒530-0002
大阪府大阪市北区曾根崎新地2-1-21 桜橋深川ビル9F
TEL : 06-6346-3128
URL : <http://www.fixed.co.jp/>

株式会社 プロジェクト オン

〒105-0014
東京都港区芝3-3-10芝園 オーシャンビル7F JHCA内
TEL : 03-5484-7893
FAX : 03-5730-6082

有限会社 ティー・コンディション

〒105-0014
東京都港区芝3-3-10芝園 オーシャンビル7F JHCA内
TEL 03-5484-6041
URL : <http://www.t-condition.co.jp/>



エスタフィットネスアカデミー 九州地区の方必見！
ADI認定校エアロビック養成コースで実績あるエスタフィットネスアカデミーが、ついにヨーガ、ピラティスの養成コース始めます！
エスタフィットネスアカデミーは養成コース終了後もアフターフォローを定期的に開催し、あなたをバックアップします！

ナチュラルスタイルヨーガ養成コース

【開催場所】福岡市内

【入校料】基礎科：初心者の方大歓迎（これからヨーガを勉強したい方）
応用科：基礎科卒業され、指導者を目指す方

【受講料】基礎科：189,000円（テキスト代込み）分割可
応用科：96,000円（テキスト代込み）分割不可

【開催時期】基礎科：9月開講 全40H
応用科：10月開講 全20H

【担当講師】

 実技特別講師：山田多佳子
 (前)フィールド／取締役
 ACSM Health/Fitness Instructor
 厳選ヨーガ／教師

講師：作村ひとよ
 ACSM Health/Fitness Instructor
 JAF公認ADIエグザミナー
 JAF認定C級審査員/テクニカルアドバイザー
 JAF認定技術検定員1級

【コースの特徴】

基礎科：心身を統一するだけでなくナチュラルで機能的な脊柱を作り出し、美しい姿勢や身体を作っています。癒し系とパワー系、両方の要素を取り入れた満足感のあるコースです。

応用科：ヨガインストラクターへ心と身体を健康にしていく案内人となるよう、安全・効果を前提としたプログラム作りや指導者の役割などを学習します。

STOTT PILATES認定養成コース

【開催場所】福岡市内

1期、2期好評につき第3期・第4期養成コース開催！！
 <第3期>アドバンスマットレバートリー養成コース
 リーフォーマーレバートリー養成コース
 マットレバートリー養成コース
 (10月開講予定)
 <第4期>マットプラスレバートリー養成コース
 (2007年1月熊本にて開講予定)

◎本場カナダよりPMA公認のSTOTT PILATES派遣トレーナーを招き養成コースを開催します。PMAは高水準で知られており認定されるインストラクターの指導年数・必要コース時間・コース内容に関する厳しい規定に合致しなければ受講できません。本格派インストラクターを目指す人には最適なコースです。



トレーニング指導者養成コース

【開催場所】スポーツクラブエスタ香椎

【入校料】基礎科：インストラクターを目指す方、介護などで運動指導が必要な方
応用科：基礎科を卒業した方、指導経験がある方でパーソナルトレーナーを目指す方、トレーニングのより深い知識を得たい方

【受講料】基礎科：115,500円（分割可能）
応用科：115,500円（分割可能）

【開催時期】基礎科：8月開講 全12回(36H)
応用科：11月開講 全12回(36H)

【担当講師】
 担当講師：片井 忠
 日本体育施設協会トレーニング指導士
 日本ボディビル連盟公認指導員
 日本パワーリフティング連盟公認審判員
 FNC公認スペシャリスト
 パジャーリガー、プロ野球選手など、多数のスポーツ選手をクライアントに持つ福岡屈指のプロパーソナルトレーナー

【コースの特徴】

身体を元気にするお手伝い（介護関係）のニーズから、プロスポーツ選手のトレーナーまで幅広く学ぶ内容となっており、現場で即戦力で実践指導を行っております。福岡屈指のプロパーソナルトレーナーがあなたを指導し、夢をかなえます！



【連絡先】エスタフィットネスアカデミー <スポーツクラブエスタ香椎内> 担当:福田
 〒813-0044 福岡市東区千早3-6-37 フリーダイヤル0120-661-045 代表092-661-6110(代) www.sports-esta.com/

求人情報（東京）



ホットウェーブヨガスタジオLHASA(ラサ) ホットヨガインストラクター大募集！

新規店舗オープンに伴うスタッフ大量募集。ヨガ指導経験者大歓迎！正社員募集あり。
将来の幹部スタッフ候補として優遇いたします

2006年9月、池袋に1号店をOPENするホットウェーブヨガスタジオLHASA(ラサ)です。LHASAでは今、わたしたちと一緒にお店を立ち上げてくれるヨガインストラクターさんを探しています。これから店舗が増えるにしたがって、未来の中心スタッフとして大活躍してください。未経験者の方でも大丈夫です。体を動かす、人にもの教えるのが好きな方、今話題のホットウェーブヨガお客様の健康で美しい体と笑顔を作るお手伝いをしてみませんか。もちろん、経験者の方は大歓迎です。あなたの経験で素敵なお店を作ってください。将来は独立して自分のお店を持ちたい、自分が中心となってヨガのレッスンを組み立ててみたい。そんなやる気のある方の応募をお待ちしています！

店舗スタッフ スタジオインストラクター

【仕事内容】新規オープン店舗におけるお客様へのヨガレッスン。経験者の方にはレッスンカリキュラムの作成などもご協力いただきます。
初心者の方には研修期間、店舗での受付などもご協力いただきます。

【雇用形態】正社員・契約社員 フリー アルバイト・パート オープニングスタッフ

【募集人員】15人程度

【勤務時間】営業時間内(10:00～22:00)内のシフト制。週3日以上できる方歓迎ですが、1日からでもご相談ください。

【給与など】正社員:18万5千円以上、アルバイト:時給1100円以上(いずれも能力・担当レッスン数に応じたボーナス有)

【待遇】交通費全額支給、正社員は保険完備、契約社員／アルバイトは正社員登用制度あり。

【研修制度】経験に応じて1～2ヶ月の研修期間を設けます

【応募方法】お電話またはメールにてご応募ください。こちらから面接日時をご連絡します(面接時履歴書＆職務経歴書持参のこと)

【勤務地】池袋(池袋駅より徒歩三分)

【資格など】20歳～35歳まで。経験者優遇。初心者歓迎。

【連絡先】ホットウェーブヨガスタジオLHASA(ラサ) 採用担当:福田 〒171-0022 東京都豊島区南池袋1-19-12 山の手ビル東館9F
 TEL:03-5949-3536/090-3102-9827 (現在店舗内装工事中のため、担当者携帯まで直接お電話ください) E-mail:info@yoga-lhasa.jp

HP : <http://yoga-lhasa.jp>





東急スポーツシステム株式会社 グループエクササイズインストラクター大募集

'07年2月東急田園都市線「たまプラーザ」駅前にフィットネスクラブOPEN!!!
TSS登録インストラクターオーディション開催、グループEX.インストラクター大募集!

感激・感動・納得のフィットネスを提供できるインストラクターを求めています
横浜地区在住インストラクター大歓迎！ たまプラ、あざみ野共通勤務アリ！
オーディション後、登録IRにはブラッシュアップセミナー受講特典あり！

オーディション日時

●8/10(木)アトリオドゥーブ碑文谷 ●8/28(月)アトリオあざみ野
10:00~、11:00~、13:00~、14:00~(アクア)、15:00~、16:00~
※オーディション後、登録IRにはブラッシュアップセミナー受講特典！

TSSブラッシュアップセミナーのご案内

- セミナー対象：ステップ指導テクニックのレベルアップを目指している方
- 場所：ウェルネスパークリベラ
- 講師：相原正人、渡辺俊恵(TSSテクニカルトレーナー)
- 日時：日曜 20:00~21:30
- 8月 6日 ベースムーブメントからの上級レベルまでのレイヤリング
- 13日 ステップならではの流れ プレーキングの有効活用
- 20日 コンビネーションの新鮮バズル化
- 27日 振りにはしらない中上級クラス 構成法

【募集職種】 施設インストラクター(エアロビクス、ステップ、ヨガ、ピラティス、太極拳、各種ダンス等)、アクアインストラクター

【雇用形態】 フリー

【給与など】 当社規定による

【応募方法】 電話連絡の上、履歴書を郵送して下さい。詳細は履歴書が到着次第、ご連絡いたします。

【勤務地】 ◆(仮称)たまプラーザフィットネスクラブ(東急田園都市線「たまプラーザ」駅前) ◆アトリオあざみ野(東急田園都市線「あざみ野」駅より徒歩3分)
◆アトリオドゥーブ碑文谷(東急東横線「学芸大学」駅より徒歩10分)

【連絡先】 東急スポーツシステム(株) 開業準備室 担当:有田
〒150-0044 東京都渋谷区円山町5-5 渋谷橋本ビル2F ※月~金曜(祝日除く) 10:00~17:00
TEL:03-3477-8622 http://www.tokyu-sports.com E-mail:info.tamaplaza@tkk.tokyu.co.jp

養成コース情報(大阪)

求人情報(近畿圏)

F
2006.9.3(日)

オアシスフィットネスカレッジセッション in 大阪

★
AWS-1
10:00~11:30
[JAFA 0.5単位]



コンディショニングを取り入れて!
~切り口を変えた面から~
私の経験を踏まえてコンディショニング、グループ・個人レッスンで活かせる方法を、具体的に進めていきます。私たちインストラクターの自信を高め、お客様からの信頼を今以上に抱ける方法をお伝えします。

砂川 佳一 ■(株)オアシススポーツスクーブルバイザー
■GFIフィットネスコンディショニング担当

★
WS-4
15:30~17:00
[JAFA 1.5単位]



HAPPY AEROBICS!! in 大阪
~レッスンを楽しく指導する秘訣~

「飛田流メリハリ指導」を通して、参加者を楽しむことの喜びを再確認していただけます。レッスンを構成することで頭を悩ませていませんか?「エアロビクス大好き!」と言ふ気持ちは燃えますよ。また、「HAPPY」にレッスン出来たら最高ですね!

飛田 大輔 ■(株)スマート・アーバン・フィットネスセンター
■GFIフィットネススクーブルバイザー
■GFIフィットネスコンディショニング担当

★
AWS-2
12:30~14:00
[JAFA 0.5単位]



ブレイクダウン! アクアダンス成功の鍵!!

~魅力あるプログラムにするために~

今回は、アクアダンスのコリオを作り上げるのではなく、でき上がったコリオの動きを分解して、動きを作り上げていく「ブレイクダウン」に重点をおいたプログラミングの手法をご紹介いたします。

三浦 栄紀 ■(株)エクサセッション代表
■(株)オアシス・スクールアカデミー
■GFIフィットネスコンディショニング担当

★
WS-5
17:00~18:30
[JAFA 0.5単位]

簡単・お手軽ヨガ体操

今回はヨガの要素を取りながら初心者やシニアの方々にも気軽に無理なく行っていただけの動きをご紹介いたします。気分もリラックスしやすいストレッチや高齢者向けの指導にもぜひお役立てください。(タオルをご持参ください)

井上 明美 ■(株)オアシス・キャリアスタッフ
■GFIフィットネス専門士
■GFIフィットネスコンディショニング担当

★
WS-1
10:30~12:00
[JAFA 0.5単位]



STEP EVOLUTION

~バリエーションを広げるテクニック~

ペースクイックな動きに少しずついろいろな変換要素を加えこまねに変化させ、最後には、楽しくエキサイティングな動きやコンビネーション導く方法をお伝えします。

大山 陽子 ■(株)エクサセッション代表
■(株)オアシス・スクールアカデミー
■GFIフィットネスコンディショニング担当

★
AL-1
11:45~12:45
[JAFA 0.5単位]



コンディショニングエクササイズ IN WATER

~バランス力UP・筋力UP・持久力UPのエクササイズ~
アクアダンス(有酸素運動)と、さまざまなツールを使ってのコンディショニングを行ない、それぞれの効果を狙っています。また、「楽しくして効率的に」をモットーにしたプログラムを提供いたします。

梅本 道代 ■(株)エクサセッション代表
■(株)オアシス・キャリアスタッフ
■GFIフィットネスコンディショニング担当

★
WS-2
10:45~12:15
[JAFA 0.5単位]



ウォーキングのための機能改善体操

ボールやディスクを使っての機能改善体操とさまざまな歩き方で、身体を調整していく方法を学んでください。歩くことが気持ちよくなると、日常生活は活動的になります。シェアフルでもメタボリックシンドrome予防にも正しいウォーキングの基本を身につけてましょう。

尾陰 由美子 ■(株)エクサセッション代表
■(株)オアシス・スクールアカデミー
■GFIフィットネスコンディショニング担当

★
AL-2
14:30~15:30
[JAFA 0.5単位]



アクアウォーキング ベーシックコンセプト

水中ウォーキングのプログラムを考る時、「いつもの同じような動きを指導しているようですが、参加者は本当に満足しているかな?」と感じたことはないでしょうか?そんな時、普段のウォーキング構成の基本となる「強度変換要素」をバランス良く取り入れ、動きをアレンジしてみませんか?

岩田 美知子 ■(株)オアシス・キャリアスタッフ
■GFIフィットネスコンディショニング担当

★
WS-3
13:30~15:00
[JAFA 1.5単位]



転がるボール!「フィットボール体操」

<KAFAセレクトプログラム>

ボールが持つ特性「転がる」「跳む」を利用して、グイナミックストレッチをベースに神経系への刺激も盛り込んだプログラムです。さまざまな使い方で、凶節可動域や姿勢の維持・改善、有酸素運動効果を狙います。

池田 扶実子 ■(株)オアシス・キャリアスタッフ
■GFIフィットネスコンディショニング担当

★
AL-3
17:00~18:00
[JAFA 1.5単位]



アクアコリオ大作戦!

アクアダンスを思い切り楽しむための60分のファンクラスです。クラスレベルは、初中級レベルです。毎回ワークショップで実施したブレイクダウンの手法を取り入れて、無理なくスムーズで、勿論のある展開で、大いに笑ってまた、感染する内容に仕上げています。三浦流アクアダンスのバリエーションとSHOW UPもお見せせんよ。ぜひお待ちしております。

三浦 栄紀 ■(株)エクサセッション代表
■(株)オアシス・キャリアスタッフ
■GFIフィットネスコンディショニング担当

詳細はお問い合わせください>>>TEL:03-5433-0157 担当:寺田 受付時間:月~金10:00~18:00 FOLキャリアップでもご覧いただけます。

主催 株式会社 東急スポーツオアシス フィットネスカレッジ/後援 大塚製薬株式会社 日本エアロビックフィットネス協会/協賛 株式会社ウェーコーポレーション 株式会社ザ・ミス 株式会社ブロードグループ/企画・運営 株式会社東急スポーツオアシス(税込価格)

National 松下電工株式会社が「女性専用スタジオ」1号店オープン!! オープニングスタッフを大募集します!!



骨格や姿勢のバランスを整え、女性の美と健康を引き出すお手伝いをする「女性専用会員制スタジオ」です。

私たちは、女性の姿勢や骨格のバランスを整えることで、美しく健康でいきいきした生活を送っていただくことをお手伝いする、全国で初めての店舗です。

お客様に合わせた楽しく心地いいレッスンと、定期的な体のチェック及びカウンセリングを提供します。

明るく健康的で、何事にも前向きに取り組まれるスタッフを求めてています。

オリジナルプログラムと、女性ならではの心配りで、お客様本来の美しさを引き出すお手伝いをしませんか?

①店長 ②レッスン指導員兼カウンセラー ③レッスン指導員 ④フロントスタッフ

【仕事内容】 ①店舗運営・マネジメント業務全般、スタジオ指導・カウンセリング業務 ②スタジオでのレッスン指導、体のチェック及びカウンセリング業務
③スタジオでのレッスン指導及び補助 ④受付、TEL応対、会員予約管理

【雇用形態】 ①②嘱託社員 ③④パート

【募集人員】 ①1名 ②~④は数名ずつ

【勤務時間】 9:00~21:30でローテーション(土日は9:00~18:00)

【休日】 完全週休2日制(シフト制)・お盆・年末年始

【給与など】 ①当社規定 ②当社規定 ③時給1,300円 ④時給1,000円

【待遇】 常勤嘱託社員は賞与年2回、社会保険完備、交通費支給、制服貸与

【研修制度】 9月より約1ヶ月間予定しております。

【応募方法】 電話連絡の上、履歴書(写真貼付)をご郵送ください。書類選考の上後日連絡いたします。

【勤務地】 横浜市西区みなとみらい内 みなとみらい線「みなとみらい」駅直結 徒歩約3分 JR・市営地下鉄線「桜木町」駅 徒歩約8分

【資格など】 健康運動指導士・パーソナルトレーナー・管理栄養士等資格者・運動施設経験者大歓迎(①②③)

【連絡先】 松下電工株式会社 電器新事業開発センター 〒105-8301 東京都港区東新橋1-5-1 松下電工東京本社ビル13F TEL:03-6218-1343(採用窓口) 受付 平日9:00~17:30

HAPPY SHOW(笑?!) TIME!!

L-1
12:30~13:30



飛田 大輔 ●ルネサンス・スマイルアフィリエイター ●ACSM会員
●リゾート＆スポーツ専門学校卒業
●大企業フィットネスプロスタッフ・契約インストラクター

Yoga & Pilates with Ball

L-2
15:30~16:30



雄谷 昌也 ●ヨガ&ピラティスアシシングライザースタッフ ●STOTT PILATES Mat1認定
●インド国際ヨガセミナー・YOGA認定
●YCアクションガーディングコース修了

タイムスケジュール

	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00
ブ ル	AWS-1 砂川佳一 10:45~11:30	AL-1 梅本道代 11:45~12:45	AWS-2 三浦栄紀 13:15~14:00	AL-2 岩田美知子 14:30~15:30	XL-2 伊藤さやか 15:45~16:45	AL-3 三浦栄紀 17:00~18:00				
ス タ ジ オ 1	AWS-1 羽佐見由美子 10:45~12:15	WS-2 藤田実 12:30~	WS-3 池田扶美子 13:30~15:00	L-2 雄谷昌也 15:30~16:30	WS-5 井上明美 17:00~18:30					
ス タ ジ オ 2	WS-1 大山陽子 10:30~12:00	L-1 飛田大輔 12:30~13:30	XL-1 伊藤さやか 14:00~15:00	WS-4 飛田大輔 15:30~17:00	XL-3 伊藤さやか 17:30~18:30					

*印のワークショップにはADJ/JAFA AQUA教育単位が付いています。
*印以外のレッスンは、オアシス会員も参加していただけます。

参加費用(税込)

	一般	オアシス登録インストラクター	オアシス会員
AWS	3,800円	3,150円	—
WS	3,800円	3,150円	—
AL	3,500円	2,800円	2,800円
L	3,500円	2,800円	2,800円
XL	2,800円	1,150円	1,150円

◆◆◆◆◆ 私たちが Xmotionシリーズを担当します! ◆◆◆◆◆

KAORI
●BODY-X
FIGHTING-X
マスタートレーナー



田中 潤
●BODY-X
マスタートレーナー

吉田 麻友子
●FIGHTING-X/AQUA
FIGHTING-X
マスタートレーナー

大城 宏章
●BODY-X
マスタートレーナー

藤本 泰弘
●BODY-X
FIGHTING-X
トレーナー

岩本 光世
●AQUA
FIGHTING-X
トレーナー

川井 あゆみ
●AQUA
FIGHTING-X
トレーナー

XL-1 14:00~15:00
BODY-Xmotion SPECIAL

XL-2 15:45~16:45
AQUA FIGHTING-Xmotion SPECIAL

XL-3 17:30~18:30
FIGHTING-Xmotion SPECIAL

大きな筋肉はもちろん、身体の奥まで、骨の動きまで、全身の筋力アップ・持久力を目的としたプログラム

水の特性を活かし、特に下半身の動きを組み合わせることによってシェイプアップと体力アップ効果を得られるプログラム

会場

株式会社 東急スポーツオアシス梅田 〒530-0002 大阪市北区曽根崎新地2-3-21 axビル7F

TEL:06-6348-0109

★地下鉄西梅田駅 9番出口 左へ徒歩1分

~はじめてのフィットネス

TOKYU SPORTS

OASIS

東急スポーツオアシス インストラクターオーディション開催

近畿圏

[開催日時・場所]

8月6日(日)クラブウエスト

[種目・開催時間]

エアロビクス・アクアビクス

18:00~

受付はオーディション開始30分前からになります。

《審査方法》

1次審査:書類選考 2次審査:実技

(初・中級向けレッスン設定による、5~10分程度のリード)

※音楽テープ・CD等は、各自でご用意いただけます。

※参加希望者数により、書類選考以前に募集を締め切らせていただく場合がございます。予めご了承いただきますようお願い致します。

【勤務地】 近畿圏:梅田 王子 梅田 ランドマークタワー 天王寺 あべの 三宮 江坂 茨木 宝塚 住吉 広島

【雇用形態】 フリー **【特 遇】** 経験者・スキルによって待遇有

【応募方法】 FOLキャリアアップより、または担当者へ電話で申し込み後履歴書送付

【連絡先】 東京都世田谷区若林1-18-10みかみビル8階 プログラム管理
TEL:03-5433-0157 担当:寺田 受付時間:月~金10:00~18:00



自分に合ったスタイルで働く。

ヘルスコンサルティングは フィットネス業界の転職・派遣サポート企業です。

「自分に合った会社への就職を斡旋して欲しい」「こんなクラブで契約社員として働きたい」「この時間帯だけインストラクターとして働きたい」といったあなたの希望がかなうかもしれません。

<派遣社員として働きたい>

当社に登録した後、希望する企業の紹介を受け、派遣スタッフとして働くことができます。その後、正社員になる道もあります。

<就職先を紹介して欲しい>

面接の後、当社があなたに代わって就職の交渉を行います。

<フリーのインストラクター・トレーナーとして働きたい>

当社に登録した後、希望するクラブのレッスンの紹介を受け、インストラクターとして働くことができます。

詳細のご案内とエントリー登録

<http://www.hc-i.com>

*当社はFOLキャリアアップと提携しています。FOLキャリアアップ (<http://www.fitnessjob.jp>) からもエントリーできます。



フィットネス業界専門の派遣・紹介サポート企業

ヘルスコンサルティング株式会社

HEALTH CONSULTING INC.

〒134-0085 東京都江戸川区中葛西2-17-8 TEL.03-3877-7708

厚生労働省一般労働者派遣事業所許可番号 13-13-0061 厚生労働省民営職業紹介事業所許可番号13-13-1-0062

認可番号



質を追求するピラティス専門スタジオBASIが一緒に成長できる ピラティスインストラクター募集・経営幹部、マネジャー募集

世界20カ国で展開されるB A S I の日本支部のピラティスインストラクター・経営幹部、マネジャー募集

① ピラティスインストラクター ②スタジオマネジャー

[仕事内容] ①ピラティスマットワークグループレッスン、プライベートレッスンあるいは、ピラティス機械プライベートレッスンの講師
②スタジオ運営、顧客管理、宣伝広告。スクール事業の企画。

[雇用形態] ①契約社員 ②正社員

[募集人員] ①5人 ②2人

[勤務時間] 午前9時～午後10時 フレックスタイム制

[休 曜 日] 週休2日

[給与など] ①応相談(能力、経験による) ②月額35万円以上(能力、経験による)

[特 遇] ②社会保険

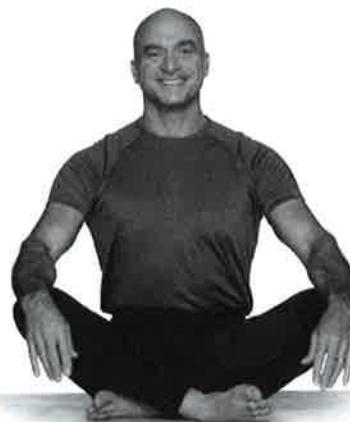
[研修制度] ①トレーニング制度あり ②OJT

[応募方法] Eメールによる履歴書送付 その後面談のスケジュールの連絡をこちらからさせていただきます。

[勤務地] ①中目黒 あるいは東京都区内別スタジオ ②中目黒 あるいは東京都区内別事務所

[資格など] ①ピラティスインストラクター資格保持者

[連絡先] BASI中目黒スタジオ 担当:尾崎 TEL: 03-5722-4161 Email: nozaki@basipilates.jp



タラサ志摩スパ&リゾート株式会社 オープニングスタッフ募集!!!

CARNA
Fitness & Spa



大人のためのフィットネスクラブの
オープニングをいっしょに迎えませんか?

本格的クラソテラピーで有名な「タラサ志摩ホテル&リゾート」が、ラグジュアリー感のある
フィットネス「CARNA Fitness & Spa」をオープンさせます。美と健康をトータル的に提供
する注目度の高い新しい施設のオープニングスタッフとして私たちと一緒に働きませんか?

①ジムトレーナー、スイミングコーチ ②スタジオインストラクター ③運営スタッフ

【仕事内容】 フィットネス部門でのトレーニング指導及び部門運営。

【雇用形態】 正社員・契約社員 フリー アルバイト・パート オープニングスタッフ

【募集人員】 各約10名

【勤務時間】 交代勤務制 1日実働7:45

【休日】 年間休日103日+年次有給休暇

【給与など】 社員:半期年報制135万円(月額18万円・月20時間の見込み残業手当含む) アルバイト:時給850円以上(社員・アルバイトともに経験・能力を考慮のうえ決定します。)

【待遇】 社員:社会保険完備、交通費全額支給、賞与年2回、社員利用割引制度、制服貸与 アルバイト:交通費全額支給、制服貸与

【研修制度】 三重県鳥羽市のホテルにて研修有り

【応募方法】 履歴書(写真添付)及び職務経歴書を送付、書類選考後一次面接・役員面接を経て内定

【勤務地】 千葉県柏市内、三重県鳥羽市

【資格など】 募集資格 35歳位まで

【連絡先】 タラサ志摩スパ&リゾート株式会社 担当:飯島 〒104-0061 東京都中央区銀座1-15-4 銀座1丁目ビル13F TEL:03-5159-7190 E-mail:t-iijima@thalasso.co.jp

オープニングスタッフ募集

クララ・オリジナルの教育研修システムを用意して、
あなたのキャリアアップを、しっかりサポートします。

いっしょにCurara[※]を、つくりませんか

※クララとは、イタリア語「Cura=心」+英語「Care=配慮」を融合した、新しい女性専用フィットネスクラブの名前。これまでにないフィットネス&リラクセーション空間を演出し、身体と心に本質的な変化をもたらすことを意味します。

[トレーナー/アテンダント/アシスタント応募要項]

- 応募資格 当クラブのコンセプトをよくご理解いただき、業務を的確に遂行できる方(23歳以上)
インストラクター、トレーナー経験者およびフィットネス関連業務経験者優遇(未経験者可、研修制度あり)
- 勤務地 東京都中央区日本橋(地下鉄日本橋駅すぐ)
- 勤務時間 9:00~23:00(シフト制) 職種、業務内容により異なります
- 給与 正社員=経験、資格など考慮のうえ、当社規定により優遇(社会保険完備/交通費支給)
アルバイト=時給¥1,000~(研修期間¥900/交通費支給)
- 応募方法 電話申込み(問い合わせはメール也可)→履歴書(写真貼付)提出→書類審査→面接日調整→面接(実技・筆記含む)

[インストラクターオーディション参加要項]

■少人数制ならではの利点を活かし、オリジナルプログラムを通してお客様に“想い”を、お届けしたいという方

■お客様の身体と心に向き合い、安心感と心地よさを演出したい方

公募種目:当クラブのコンセプトに合ったオリジナルプログラム(ex.ヨガ・ピラティス系、東洋系、ダンス系、機能改善系ほか)

選考方法:電話申込み→履歴書提出→オリジナルプログラム企画書提出→オーディション(実技・面接・筆記)

オーディション日程:2006年8月4日(金)、6日(日) オーディション料:1種目¥1,050(当日受領)

オーディション場所および勤務地:東京都中央区日本橋(地下鉄日本橋駅すぐ) ※詳細はお問い合わせください

応募連絡先

クララ準備室 担当はなわ宛

TEL 03-6807-8860 (月~金 9:00~18:00)

Mail c-saiyo@curara.jp URL www.curara.jp

パソコン&ケータイから、もっと詳しい情報が見られます！

Fitness Online FOLキャリアアップにまずはアクセス！

■パソコン→ <http://fitnessjob.jp/>
■ケータイ→ <http://fitnessclub/job/m/>



求人情報（沖縄）

くらはし整形外科クリニック

沖縄は宮古島にて、アスレチックトレーナーを募集します！！

各種スポーツが盛んな宮古島において、一般の市民を対象にした運動からトップアスリートを対象にした各種教室や指導、支援を新規に事業計画しています。今回はオープニングスタッフとして自主性、向学心のある方を募集します。特にトライアスロン、陸上、野球等競技経験者及び指導経験者を歓迎いたします。

※単年度契約となります。(延長・正規常勤登録可)

整形外科におけるアスレチックトレーナー

【仕事内容】 スポーツ整形外科の運動指導及び地域支援、学校現場等での指導及び管理

【応募資格】 各種団体公認スポーツトレーナー資格

【勤務時間】 9:00～18:00(実働8時間)変則あり

【休日】 水・土曜日のPM 祝祭日(休日勤務あり)

【給与など】 基本給200,000円

【待遇】 社会保険完備・住宅等手当あり・研修支援・スポーツ大会等の参加、援助

【応募方法】 FOLキャリアアップよりご応募のうえ、履歴書をお送りください。

【連絡先】 くらはし整形外科クリニック 担当:中西
〒906-0012 沖縄県宮古島市平良字西里782番地1
TEL:0980-75-5550 FAX:0980-75-5551 E-mail:kuraseikei00@yahoo.co.jp



首都圏

社

社 支配人及び支配人候補

私たち“アスリエ”的モットー

お客様には「マイクラブの居心地と感動を」
スタッフには「マイカンパニーの誇りと喜びを」



⑩履歴書（写）職務経歴書郵送

株式会社アスリエ

〒100-0014 東京都千代田区永田町2-14-2 山王グランドビル9F
<http://www.athle.ne.jp/>

⑩ 03-5521-5931 担当 / 人事担当 若松豊樹

東京・千葉・埼玉・神奈川・宮城

社

社 店舗マネジャー候補、店舗チーフ候補(トレーナー・フロント)、本社開発・経理スタッフ

ワウディー博多、イオン盛岡南、高槻、南船橋、
新横浜、ピクラムヨガ三軒茶屋、福岡天神、名
古屋矢場町、札幌大通オーブン予定！ ⑩履歴書
(写)、自己紹介書(A4用紙1枚1200字)郵送



株式会社ワーカウトワールド・ジャパン
〒150-0001 渋谷区神宮前6-19-13 J-6ビル7F
E-mail:k.endou@wowd.jp

⑩ 03-5766-2090 担当 / 遠藤

神奈川・栃木 本厚木

A社

社 クラブマネージャー・マネージャー候補・企画開発
A社 クラブ運営スタッフ

ハイパーエクササイズは今後、首都圏を中心として
多店舗化を加速させて行きます。“楽しさ”と“やりがい”
を実感できるフィットネスベンチャーで貴方の能力を思う存分
発揮して下さい！ ⑩履歴書（写）職務経歴書郵送



株式会社ハイパーエクササイズ

〒215-0004 川崎市麻生区万福寺1-15-15

⑩ 044-966-8811 担当 / 鹿目（カノメ）

東京・神奈川・埼玉

A社

A社 店舗チーフ候補(トレーナー・フロント)

A社 店舗スタッフ(トレーナー・フロント)

社 スイミング部門統括者候補／正社員(総合職)

社 店舗開発スタッフ／正社員(総合職)

埼玉県戸田市に「フィットネス リーヴ北戸田」オー
ブン。事業拡大に伴いキャリアスタッフ大募集！

⑩履歴書（写）郵送

株式会社リーヴ・スポーツ（三菱地所グループ）
〒100-0005 東京都千代田区丸の内3-1-1 国際ビル

⑩ 03-3217-1550 担当 / 総務部 採用担当

東京・千葉・埼玉

A社

A フィットネスクラブのトレーナー

社 営業・運営メンテナンススタッフ

Wellness in motion.
あなたもテクノジムと一緒にウェルネスの
実現に向けて走り出しませんか？！
⑩TELまたはメール後履歴書（写）郵送



テクノジム・ジャパン株式会社
〒105-0011 東京都港区芝公園2-10-11 住友不動産芝園ビル6階

⑩ 03-6402-7786 担当 / 古屋・閑井

福島 東京 千葉 埼玉 神奈川 福岡

社

社 正社員

一專多能に基づいた運営手法の中で、自身のキャ
リアアップを目指したいという方を広く募集し
ます。 ⑩履歴書郵送



ビッグバンスポーツ株式会社 本社事務所
〒194-0022 東京都町田市森野1-33-11 町田森野ビル305

E-mail salyo@bbsc.jp

⑩ 042-724-0045 担当 / 直井正一

NEXTの入手・配布・設置のお問合せ／広告掲載のお申し込み・お問合せ

フィットネスビジネスNEXT編集部

☎ 03-5459-2841

NEXTキャリアアップ委員会
メンバー募集中！

誌面作りに参加してくれる方を募集します。

NEXT/FOLキャリアアップ事務局 ☎ 03-5459-2841

求人情報（全国）

GEO FITNESS 株式会社ゲオフロンティア

レンタル・リサイクルのゲオグループが新規事業としてフィットネスクラブの全国展開を始めます。
一緒に新規オープンクラブを立ち上げていく仲間を募集中です。

「スポーツクラブ？興味あるけど私なんかじゃ無理よ。」という方がまだまだ日本にはたくさんいます。はじめての方、初心者の方が通いやすいクラブ作りを目指しています。老若男女ひとりでも多くの方に参加していただけるよう、はじめての方向けのプログラムを充実させ、月会費も毎月の負担が少なくなるようできるだけ安価に設定しています。業界参入間もない新しい会社ですので、従業員・インストラクターさん、会員さまと一緒にやってクラブ作りを行っていきたいと考えています。

スタジオインストラクター

【仕事内容】 ゲオフィットネス各店でのスタジオプログラムレッスンを担当していただきます。個人・法人の方との業務委託契約となります。
※また、ゲオフィットネス専属でレッスンをしていただける方の正社員・契約社員としての募集も行っております。詳しくはお問い合わせください。

【雇用形態】 フリー 正社員・契約社員

【募集人員】 各クラブ若干名

【勤務時間・休日】 応相談

【給与など】 フリーに関しては面接・オーディション後決定します。※報酬は月末締の翌月末の口座振込みとなります。

【待遇】 交通費支給、クラブ施設利用無料、SPA設備利用割引あり

【研修制度】 スタジオティレクター、チーフインストラクターによるアドバイスなど(希望者のみ)

【勤務地】 埼玉県入間市、静岡県富士市、静岡県浜松市、岐阜県可児市、三重県津市、三重県桑名市、京都府福知山市、福岡県北九州市ほか
全国に出店予定ですので、お近くにクラブがない方も一度お問い合わせください。

【応募方法】 随時募集中です。履歴書・職務経験書をご郵送ください。 後日ご連絡いたします。興味をお持ちの方、お話をだけでも大歓迎です！

【資格など】 エアロビクス養成コース卒業されたばかりの方も歓迎です！ヨガ・ピラティス・HIPHOP・フラダンス・フラメンコ・太極拳などのインストラクターも募集しています。

【連絡先】 (履歴書送付先)株式会社ゲオフロンティア 担当:藤澤 ☎ 486-0904 愛知県春日井市宮町1-1-1 TEL:0568-33-3406 E-mail:miho.fujisawa@geonet.co.jp



埼玉県

A社 支配人候補

A社 店舗スタッフ(インストラクター、フロント)

私たちクラブは、「健康」をキーワードに、地域に密着した施設づくりをめざしています。地域の人達が、健康で幸せであること。そのために私たちがすべき事は何かを常に考え、取り組んでいます。



株式会社わらわら

〒359-0042 埼玉県所沢市並木2-1

☎ 04-2995-0808 担当 / 人事部 鈴木

東京都

A社オマシン・水泳インストラクター

7月・8月にオーディションを開催予定！！



メールにて応募のうえ、「希望職種・履用形態を記入した履歴書」「職務経験書」を郵送。(PR文章、その他書類等同封・可)

株式会社ユニカ フィットネス事業部

〒206-0033 東京都多摩市落合1-39-2

http://www.maghreb.jp/ E-mail: fitness@yunika.co.jp

☎ 042-337-6888 担当 / 島影

A社オマシン・水泳インストラクター

首都圏、静岡、愛知、岐阜、三重、大阪、京都、兵庫、福岡

A社 支配人、支配人候補、運営スタッフ



レンタル・リサイクルのゲオグループが新規事業としてフィットネスクラブの全国展開を始めます。一緒に新規オープンクラブを立ち上げていく仲間を募集中です。⑩履歴書・職務経験書郵送

株式会社ゲオフロンティア

〒486-0904 愛知県春日井市宮町1-1-1

☎ 0568-33-3406 担当 / 採用担当

東京、神奈川、静岡、愛知、京都

A社 店舗マネジャー、サークルトレーニング・トレーナー、ジムトレーナー、店舗開発

一緒に新規オープンクラブを立ち上げていく仲間を募集中です。

⑩履歴書・職務経験書



フィット・プラス株式会社

〒222-0033 横浜市港北区新横浜3-19-11 加瀬ビル88 4階
E-mail:inukai@fitplus.jp

☎ 045-471-1601 担当 / 採用担当

埼玉県

A社オマシン・水泳インストラクター

埼玉県

A社オマシン・水泳インストラクター

スイミングインストラクター

オサッカコーチ及びフロントスタッフ

新たに「フィットネス」増設につき

オープニングスタッフ募集！！



ワインわいばスポーツクラブ

〒343-0005 埼玉県越谷市大杉492-1

http://wincs.blog65.fc2.com/

☎ 048-974-3333(代) 担当 / 新藤又は猪股

大阪

A社 フィットネスクラブマネージャー

あなたの経験を活かせる職場です。

⑩履歴書、経験書郵送



株式会社東大阪スタジアム

〒577-0803 大阪府東大阪市下小阪2丁目9番17号

http://www.h-stadium.com/

☎ 06-6722-8009 担当 / 助石



株式会社ルネサンス 正社員・契約社員募集!!

スイミングコーチとしてお客様とふれあい、新しい「生きがい」を感じてもらう仕事です。

ルネサンスは一人一人をナビゲートする「生きがい創造企業」です。

ルネサンスのスイミングスクールのコンセプトは「エンジョイ・スイミング」です。お客様から成人の方まで幅広いお客様に水泳の楽しさを伝え、「生きがい創造企業」としてお客様に健康で快適なライフスタイルを提案しております。また、その他の担当(フロントセールス・フィットネス・テニス)も同時に募集しております。ルネサンスは2006年3月に東証一部上場を果たし、現在はフィットネスクラブの積極的な新規出店とともに、新規事業分野の取り組みとして、メディカルフィットネスの拡大や介護予防事業の展開など、ヘルスケア事業の拡充、本格化を図っております。また、ラベル事業の確立やインターネットを活用したサービス価値の向上にも努めており、あなたのキャリアプランに合わせた多様な道筋をご用意しております。とともにベンチャー企業だったこともあり、当社にはアイデアを積極的に採用し活かす風土があります。お客様とのふれあいを通じて感じた事をどんどんご提案頂ければと、あなたに期待しています。皆様のご応募をお待ちしております。

スポーツクラブスイミングコーチ、店舗マネジャー・マネージャー候補、部門チーフ・チーフ候補

【仕事内容】 ●主にスイミングコーチとして子供や成人に対してのレッスン業務 ●レッスン業務の他にもアルバイト等の管理業務、イベント企画、営業活動等
※数年後にはセクションをまとめるチーフとして人材マネジメントや売上・利益管理等にも総合的に携わっていただきます。

※将来的にはマネジャーとして店舗運営業務、本社各部署での業務等キャリアアップの道も開けます。

【雇用形態】 正社員・契約社員**【募集人員】** 10~20名程度**【勤務時間】** 9:30~23:30/実働7.5hのシフト制**【休日】** 完全週休2日制(シフト制) 夏期 年末年始休暇 年間休日121日 年次有給休暇(初年度13日) 殿年休暇 等**【給与など】** 月給21万以上(住宅手当含)※経験・実績・能力・前給などを考慮し決定 【例】500万円/30歳、チーフ/月給30万円(一律手当含)**【待遇】** 直営スポーツクラブ無料利用可 昇給年1回(4月 賞与年2回(6・12月) 通勤交通費 住宅・家族・時間外手当 社保完備 社員持株会制度 財形貯蓄 提携リゾート施設有**【研修制度】** 階層別研修 専門研修 選択型研修**【応募方法】** 「履歴書(写真貼付)」「職務経歴書」「自己紹介書(今までの職務経験、自己PR、当社でやりたいことなど1200字以内(A4用紙1枚程度)にまとめて下さい。」を下記まで送付して下さい。**【勤務地】** 1)総合社員:全国各店舗(弊社HPをご参照ください) 2)エリア専任社員:北海道・東北・関東・中部・関西・中国・九州の各エリア内の勤務**【資格など】** 不問**【連絡先】** 株式会社ルネサンス 人事部キャリア採用係 〒130-0026 東京都墨田区両国2-10-14 両国シティコア4F <http://www.s-re.jp/>
TEL:0120-953-993(採用フリーダイヤル)※おかげ間違えのないよう番号をお確かめください。 FAX:03-5600-5419 E-mail:recruit@s-renaissance.co.jp

広尾俱楽部 正社員インストラクター大募集!!

清潔でゆったりとした空気に満ちた都会のオアシス「広尾俱楽部」。

メンバーの皆様ひとりひとりに、心のこもったおもてなし(フィットネス指導・接客)を私たちと一緒に提供しませんか。

ジム・スタジオ・アクアインストラクター

【雇用形態】 正社員(試用期間3ヶ月は契約社員)	【募集人員】 正社員3名	【勤務時間】 9:30~22:00(実働7.5時間のシフト制)	【給与など】 経験・能力などを考慮の上、当社規定により決定
---------------------------------	---------------------	--	--------------------------------------

【休日】 年間休日(公休)120日(ローテーションによる週休2日制・夏季休暇・年末年始)・年次有給休暇・慶弔休暇	【待遇】 3ヶ月の契約社員期間満了後、正社員登用・当俱楽部施設利用
---	--

【応募方法】 電話連絡の上、履歴書を当社までご郵送ください。	【勤務地】 渋谷区広尾(東京メトロ日比谷線「広尾駅」より徒歩1分)
---------------------------------------	--

【資格など】 20~35歳くらいの経験者(アクアピクス等レッスン担当可能な方優遇)
--

【連絡先】 磯野不動産株式会社 広尾俱楽部 担当:成田・手嶌 〒150-0012 東京都渋谷区広尾5-6-6 広尾プラザ3F TEL:03-3444-3232 FAX:03-3444-3363

東京・千葉・静岡・大阪・兵庫・京都・福岡・熊本 **A社**

A社 店舗スタッフ(アルバイト)
社 店長候補(契約社員)

新規店舗オープン・事業拡大に伴いスタッフ 崩しきながら、キレイになる。
大募集!!自分自身が成長できている実感!!
更に成長できる可能性を発見!!
履歴書(写)職務経歴書郵送

株式会社ボディーズ
〒100-0005 東京都千代田区丸ノ内3-1-1 国際ビルディングB2F
03-5288-7722 担当 / 採用窓口

東京・神奈川・埼玉・千葉・愛知・兵庫・大阪 **A社**

A社 スポーツジムトレーナー・フロントスタッフ

業務拡大に伴い、新しい仲間を募集いたします。
活躍したいという意欲のある方のご応募をお待ちしています。
TELまたはメール

株式会社スイング
〒136-0076 東京都江東区南砂3-3-6
E-mail: saiyou@thinkgroup.co.jp
03-3645-9805 担当 / 本社採用係

福井 **社**

福井 インストラクター、チーフインストラクター、施設マネージャー

専門技能を持った方、もしくは、これから専門技能を修得したいと意欲を燃やしている方を求めます。
履歴書(写)、職務経歴書郵送

株式会社福井スイミングセンター
〒910-0003 福井市松本1-34-15
FAX:0776-22-4171 E-mail: info@fukuiswimming.com
0776-22-4166 担当 / 上野 彰久



株式会社アピアスポーツクラブ 事業拡大に伴いスタッフを募集。



明るく元気でやる気のあるスタッフ募集!

株式会社アピアスポーツクラブは、オープン以来21年間常に県内業界No.1の施設として実績を重ね、地域住民の「健康づくり」「コミュニケーションづくり」の場として親しみ安心して利用していただける施設づくりを実践しています。その他、公共健康増進施設の運動指導業務の受託、、各施設にあった運営、企画を提案し実践しております。今後さらなる事業拡張のため各分野でのスタッフを募集しております。

①フィットネスインストラクター、スイミングコーチ、スタジオインストラクター ②フロントスタッフ

【仕事内容】トレーニング指導、スイミング指導(子供、大人)、スタジオプログラム(グループエクササイズ)担当、フロント受付業務

【雇用形態】契約社員 フリー アルバイト・パート

【募集人員】若干名

【勤務時間】9:30~22:30(実働4H~8H)

【休日】①週休2日制年間休日105日、有給休暇有 ②週休2日制

【給与など】①契約社員 月額175,000円~経験等考慮、フリー1レッスン4,000円~オーデション有り、アルバイト・パート800円~ ②アルバイト・パート700円~

【待遇】①昇給年1回、交通費支給、社会保険(契約社員)、制服貸与 ②昇給年1回、交通費支給、制服貸与

【研修制度】未経験者でも安心の研修制度あり

【応募方法】電話またはメールにて連絡の上、履歴書持参で来社

【勤務地】富山県:①富山市内、魚津市内、立山町 ②富山市内、立山町

【資格など】募集資格 35歳位まで

【連絡先】株式会社アピアスポーツクラブ 担当:村井・中居
富山県富山市稻荷元町2-11-1 Tel:076-431-3321 E-mail:murai@apa-sports.com



株式会社福井スイミングセンター 業務拡張のためスタッフを募集します



選手指導に興味をお持ちのスイミングインストラクターの方
コンビニフィットネスに興味をお持ちのフィットネスインストラクターの方
専門技能を持った方、もしくは、これから専門技能を修得したいと意欲を燃やしている方を求めます

①インストラクター(スイミング・アクア・フィットネス) ②チーフインストラクター(スイミング・フィットネス) ③施設マネージャー

【仕事内容】①スイミング・アクア指導やフィットネスジムでのトレーニング指導およびフロント受付業務 ②インストラクターの職務管理・指導、企画立案・実施 ③施設管理全般

【雇用形態】正社員・契約社員

【募集人員】若干名

【勤務時間】AM8:00~PM23:30(交代勤務)

【休日】週2日(交代勤務)

【給与など】①インストラクター(月)150,000~200,000以上 ②フロアチーフ(月)180,000~250,000以上 ③施設マネージャー(月)300,000以上(週20時間以上の見込み残業を含む)

【待遇】昇給有り、賞与年2回、各種保険完備、交通費支給

【研修制度】研修制度有り(社外研修もあり)

【応募方法】履歴書(写真添付)および職務経歴書をご送付下さい。折り返し面接の日付をご連絡いたします。

【勤務地】福井県(福井市もしくは鯖江市)

【資格など】特に無し

【連絡先】株式会社福井スイミングセンター 人事採用係 担当:上野 彰久(ウエノ アキヒサ)
〒910-0003 福井市松本1-34-15 TEL:0776-22-4166 FAX:0776-22-4171 E-mail:info@fukuiswimming.com

Spa Resort
Hawaiians

常磐興産株式会社 スパリゾートハワイアンズ

明るく元気でやる気のあるスタッフを募集!!

スパリゾートハワイアンズでは「温泉で健康づくり」をテーマにウェルネス事業を展開しております。温泉プール（ウェルネス専用可動床プール）での水中運動や自然光が入るオープンスタジオでのエクササイズと親しみやすいプログラムを実践、楽しく将来性のある職場です。未経験の方でも親切に指導いたします。

エクササイズインストラクター

【仕事内容】 水中運動、スタジオでの運動の指導及び付随業務全般

【雇用形態】 契約社員

【募集人員】 3名

【勤務時間】 シフト制 ①9:00～18:00 ②10:30～20:30

【休日】 シフト制 年間102日 月8回前後

【給与など】 155,000円～180,000円 賞与年2回（年間支給額 380,000円～560,000円） 時間外手当あり、通勤費全額支給（上限25,000円）

【待遇】 健康保険、厚生年金、雇用保険、労災保険、独身寮（女子寮）有り

【研修制度】 社内研修あり

【その他】 試用期間あり 3ヶ月（時給800円）

【応募方法】 電話またはFOLキャリアアップより連絡の上、履歴書持参で来社

【勤務地】 福島県いわき市

【資格など】 30歳位まで 明るく元気でやる気のある方、インストラクター経験者優遇

【連絡先】 常磐興産株式会社 スパリゾートハワイアンズ 人事総務グループ 吉田潤一
〒972-8555 福島県いわき市常磐藤原町藤平50番地 TEL:0246-43-3191

BODY SMILE FITNESS

株式会社総合体力研究所
フィットネスインストラクター大募集

企業フィットネスで運動を通して社会に貢献したい方大募集!!

運動が好きな方のみならず、運動を敬遠しがちな方、仕事が忙しく運動不足がちな方にも興味が持て、楽しんで頂けるプログラムや環境づくりの企画、運営を行っていきましょう。

【雇用形態】 正社員・契約社員（東海地区） フリー（関東地区）

【募集人員】 社員1名 フリー1～2名

【勤務時間】 9:00～22:00（実働8時間）

【休日】 週2日（曜日はシフト制になります） 年末、年始年間休日 113日（ローテーション制、各月8～10日）

【給与など】 175,000円～250,000円 フリー：1レッスン 4,000円～

【待遇】 昇給年1回、交通費全額支給、社会保険完備

【研修制度】 業務内容に応じた研修有り

【応募方法】 電話、もしくはメールにて連絡

【勤務地】 愛知県豊田市、東京都新宿区

【資格など】 指導経験がある方歓迎（有資格者優遇）

【連絡先】 株式会社総合体力研究所 担当：大月
〒471-0066 愛知県豊田市栄町7丁目5番地1
TEL:0565-37-3337 E-mail:otsuki@sotaiken.co.jp www.sotaiken.co.jp



株式会社スポーツスタイル リニューアル施設にてスタッフ募集!!

2006年10月、フィットネスルームオープンに際して共に頑張ってくださるスタッフを募集します。

- ①インストラクター（ヨガ、ピラティス、気功、ストレッチ、バレエ基礎、その他特種グループレッスン可能な方）
- ②フロントスタッフ（接客、事務等）及びパーソナルトレーナー

【仕事内容】 ①教室レッスンの実施、集客活動 ②お客様対応、事務作業等

【雇用形態】 フリー アルバイト・パート オープニングスタッフ

【募集人員】 ①20～25名 ②5～6名

【勤務時間】 11:00～21:00

【休　　日】 日曜・祝日

【給与など】 ①インストラクター60分レッスン4,000～、30分レッスン2,000～（2ヶ月間は試用期間とし、60分3,500～、30分1,750～）交通費別途支給
②時給900～（2ヶ月間は試用期間とし時給850～）交通費別途支給、パーソナル指導時間は別途支給

【待　　遇】 ①集客の多いレッスンの際、プラスα有り

【研修制度】 ②事前研修あり

【応募方法】 履歴書送付

【勤務地】 東京都千代田区神田

【資格など】 ①各種養成機関での資格保持者、経験者にて可 ②特に問いません。パーソナルトレーナーが可能な方は各種養成機関での資格保持者

【連絡先】 株式会社スポーツスタイル 東京都千代田区神田小川町2-2-7水晶堂ビル6F TEL:03-3518-2788 E-mail:nakazato@sportsstyle.co.jp 担当:中里

インストラクターにつきましてオーディションを開催します。
開催日：7月31日（月）場所：神田スポーツスタイルにて
時間等詳細につきましてはお問い合わせください。



スポーツプレックス・ジャパン株式会社 新規店舗オープンにつき、スタッフ大募集！

「メディフィット＋SPJスタッフ＝理想のフィットネスクラブ」を追求し続けます！

理想のフィットネスクラブとは、このお客様のニーズにあったサービスを提供して、その目的を達成していただく事ではないでしょうか？

私たちが目指すものは、運動・栄養・医学の観点から収集したデータにより目的にあった、ぴったりサイズのプログラムを提案するフィットネスクラブです。

「私サイズのフィットネス」それが「メディフィット」です。当社ではこの「メディフィット」と共に感じていただき、“チームSPJ”的一員となって下さる社員を求めております！

- ①トレーナー ②レセプション（フロントスタッフ） ③本社スタッフ（法人営業）

【仕事内容】 ①メンバーの方への各プログラム及び運動機器のインストラクション ②フロント業務及び接客 ③メディフィットシステム販売業務全般

【雇用形態】 正社員・契約社員 オープニングスタッフ

【募集人員】 各5名前後

【勤務時間】 6:00～24:00（勤務地により異なる）拘束8時間、実働7時間勤務のローテーション制

【休　　日】 年間休日 113日（ローテーション制、各月8～10日）

【給与など】 当社規定による

【待　　遇】 雇用・労災・健康・厚生年金・財形貯蓄制度、育児休暇制度、自社施設利用

【応募方法】 「履歴書」「職務経歴書」を当社までご郵送下さい。（応募聯欄も必ずご記入下さい。）

書類選考後、合格者に面接のご連絡をさせていただきます。尚応募書類は返却いたしませんので、ご了承願います。

【勤務地】 本社及び東京・神奈川の各事業所（クラブ）

【資格など】 35歳位まで

【連絡先】 スポーツプレックス・ジャパン株式会社 人事統括室 中途採用係

〒107-0052 東京都港区赤坂4-1-27 赤坂壱番ビル

TEL: 03-3560-7801(土日祝除く) FAX: 03-3505-6033 E-mail:saiyo@sportsplex.co.jp



セレブ・芸能人・モデル・プロスポーツ選手御用達のトレーニングジム「EASTWEST FITNESS」が、 パーソナルトレーナー、フロントスタッフを募集

人間としての生命、選手・芸能人としての生命を長く続けてもらえるように…私たちには精進をしています。

アーティストの「hitomi」さんや数多くの芸能人・プロスポーツ選手のパーソナルトレーナーとして知られ、日本に初めてバランスボールを導入した実績を持つ「JEFF」が主宰するクラブ「EASTWEST FITNESS」。高級スポーツクラブで著名人のボディメイクを長年に渡り手がけ、テレビ番組「ミラクル★シェイプ」でも成果を証明した「松井薫」を参謀に据え、各分野で活躍してきたパーソナルトレーナーの精銳部隊が集結している。私たちのテーマは「機能的に動けるカラダ作り」。現在、パーソナルトレーニングを希望されるお客様が急増している為、私たちと共に活躍してくれるスタッフを募集します。

① パーソナルトレーナー ② フロントスタッフ

【仕事内容】 ①マニュアル通りの指導ではなく、自分の頭でプログラムを考え、お客様一人一人に適したトレーニングを提供することが「パーソナルトレーナー」の仕事内容です。
②フロントスタッフに関しては、「サービス業」ということを念頭に置き、受付業務・電話応対・館内美化などを担当します。また、接客マナーや社会的モラルも求められます。

【募集人員】 ①②共に10名程度から順次増員

【応募資格】 20歳～30歳までの男女。(学生は、アルバイトにて採用)

- ①体育・福祉・栄養に関する学校卒業者・有資格者
- ②サービス業経験者。外語系・サービス・トラベル系の学校卒業者。英語が話せれば尚可。

【勤務時間】 6:00～22:30 (シフト制)

【休日】 シフト制による週休2日制。夏期休暇・年末年始・有給休暇など

【給与など】 当社規定による (大卒初任給:20万以上)

【待遇】 社会保険完備、交通費全額支給、制服貸与、社員割引商品購入制度、施設内利用可、各保養施設の割引利用、昼食時の定食ごはん大盛りサービス。

【研修制度】 随時実施

【応募方法】 電話連絡の上、履歴書・職務経験書を採用担当者宛てに郵送ください。応募者が殺到するため、書類選考の後、面接日をお知らせ致します。

【勤務地】 千代田区平河町 (東京メトロ「永田町駅」から徒歩1分)

【連絡先】 KPF株式会社「イーストウエストフィットネス」採用担当:取締役部長:松井
〒102-0093 東京都千代田区平河町2-6-4 海運ビル4F TEL:03-3264-6999 <http://www.ewfitness.com>

KONAMI SPORTS CLUB



コナミスポーツクラブ船堀 スクールインストラクター(フリー)大募集!



子供好きなら未経験でも大丈夫!
一緒に子供達の成長の手助けをしませんか?
あなたの元気待ってます。まずはお電話下さい。

スイミングスクール、体育スクールスタッフ

【勤務時間】 時間曜日応相談 **【給与など】** 時給870円(研修期間3ヶ月850円)
【休日】 月曜日 **【待遇】** 交通費支給 **【応募方法】** E-mail、電話にて

コナミスポーツクラブ船堀 担当:石川／山崎
〒134-0091 東京都江戸川区船堀3-5-7トキビル4F
TEL:03-5605-5311 FAX:03-5605-5313 E-mail:yusuke.s-xaxfnbr@zd.wakwak.com

TSUKUBA BODY & SOUL STUDIO

ヨガ・ピラティスインストラクター大募集



スタジオ新規オープンに伴いスタッフを募集します。

勤務地: TSUKUBA BODY & SOUL STUDIO

資格: ヨガ・ピラティスの指導経験者、

資格保有者優遇

職種: インストラクター、店舗運営スタッフ

待遇: 能力等を考慮の上決定

応募方法: 電話連絡の上、履歴書(写貼・指導歴)

を下記までご郵送下さい

お問い合わせ
お申し込み

有限会社ワイスファクトリー

茨城県つくば市春日3-1-7 セオドールビル2F TEL: 029-851-1993 FAX: 029-851-2018
URL: <http://www.kyokushin-ibaraki.com/cocorotokarada/index.html>



リバティヒルクラブ

欧米型会員制総合クラブスタッフの募集です。



フィットネスクラブに留まらず、ジム、プールは勿論、屋外マルチコート、本格的レストラン＆バー、スパ、エステサロンが揃う施設にて、最高のホスピタリティと感動を提供してください。

アクア・ジムインストラクター、フロントスタッフ、ラウンジ(ホール)スタッフ、ポーター(駐車場)スタッフ、ハウスキーパー(清掃)スタッフ、ファシリティマネージメント(設備メンテナンス)スタッフ、など

【雇用形態】 ①正社員・契約社員 ②アルバイト・パート

【勤務時間】 9:00～23:00 シフト制(実働8時間/休憩1時間)

【休日】 ①②月8日ローテーション①年末年始、夏季・冬季休暇、有給

【給料】 ①18万～35万円②850円～1,500円(契約社員・正社員への登用制度あり)

株式会社リバティヒル人事部 〒152-0035 東京都目黒区自由が丘3-17-1 リバティヒルビル2F
TEL:03-3723-8781 担当:岩橋、齊藤
E-mail:jj@libertyhill.co.jp HP:www.libertyhill.co.jp

次号発行日は

9月 25日

奇数月25日発行

最新情報はいつでもパソコン&ケータイで

(株)ワークアウトワールド・ジャパン

事業拡大につきチーフトレーナー・トレーナー大募集!

新店舗続々オープン!

ワウディー博多、イオン盛岡南、高槻、南船橋、新横浜 ビクラムヨガ三軒茶屋、福岡天神、名古屋矢場町、札幌大通オープン予定!!

ワウディーはチャンスに溢れています!

新しい環境でステップしたい方、ワウディーへチャンスを掴みにきませんか!

※詳しくは当社HPへGO→<http://www.wowd.jp> (検索は「ワウディー」で)

トレーナーに対する当社の考え方

当社は、設立当初から、フィットネス業界に革命を起こしたいという思いを、4つの革命として掲げてきました。

4つの革命の第1に「トレーナー革命」を掲げています。ワウディーのトレーナーは自らワークアウトを実践し、ワークアウトの素晴らしさを伝えることに喜びを見出せるスタッフばかりです。

当社が考えるワークアウトのご提案とは単なるトレーニングという位置づけではなく、老若男女問わず最も効果的に自分を磨くことができる「生き方」のご提案だと、考えています。

トレーニングだけではなく、「生き方」のご提案ができるトレーナーであること。

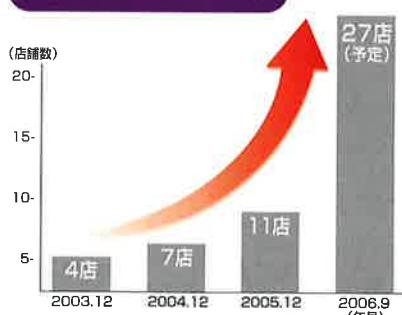
ワウディーでは、トレーナーの地位向上を目指し、日々活動しています。



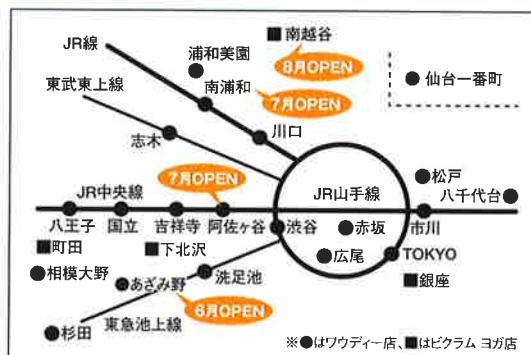
トレーナーからのキャリアアップ!



店舗数は2年半で6倍以上に!



続々拡がるワウディーネットワーク



ワウディーと一緒にトレーナー革命を起こしたい方。是非、ご応募ください。

その他募集職種

- ① 店舗マネージャー候補
- ② 店舗チーフ候補(フロント)
- ③ 本社開発スタッフ(物件開発、加盟店開発)
- ④ 本社総務、経理スタッフ

採用条件 当社理念に賛同いただける方、ワークアウトを実践している方、煙草を吸わない方

雇用形態 正社員(総合職、エアリ職、店舗職)

給与 当社規定による年俸制。経験、能力、実績を考慮の上優遇いたします。

待遇 昇給年1回(1月)、交通費全額支給、各種社会保険完備(雇用・労災・健康・厚生年金)、制服貸与、当社運営店舗無料利用可

休日 完全週休2日制(シフト制)、年末年始休暇、有給休暇、慶弔休暇

勤務地 当社の経営・運営する店舗

勤務時間 6:30~23:30(6:30開始は渋谷店、赤坂店のみです。)

応募 「写真添付履歴書・職務経歴書・自己紹介書」を下記申し込み先へお送り下さい。書類選考の上、後日ご連絡致します。なお、送付された履歴書は返送致しませんのであらかじめご了承下さい。

企業理念:ワークアウトの素晴らしさを世界に広め、明るい未来を創造する。ミッション:Motivates Everybody To Be Fit!



◎お問い合わせは
株式会社 ワークアウトワールド・ジャパン
TEL.03-5766-2090 FAX.03-5766-2054
〒150-0001 東京都渋谷区神宮前6-19-13 J-6ビル7F 担当/峰岸 E-mail: n.minegishi@wowd.jp

トレーナーの革命

空間演出の革命

エクササイズの革命

サービスの革命

<http://www.wowd.jp>

たとえば、
からだを動かすのが
最近たのしい、
とか。



「ちょっとした運動+BCAA」。それだけで、あなたをバージョンアップできます。

BCAAは、筋肉のエネルギー源になり、その材料としても欠かせない必須アミノ酸。

近所をウォーキングする、はやりのヨガやピラティスをはじめてみる、など。自分にもやれる運動でいいんです。

そのとき、BCAAをこまめにとることで、「動いているとき」や「動いた後」が、いつもと違う。

さあ、生まれ変わった『新アミノバリュー』で、運動が続けられる喜びを実感してください。

秘密は、BCAA 2000mg。新アミノバリュー

◎ 製品の詳しい情報は、大塚製薬ホームページ <http://www.otsuka.co.jp/a-v/>まで。◎ 製品のお問い合わせは、大塚製薬お客様相談室 03-3293-6111まで。

